பால்நிலை சமத்துவம், பெண்களின் உரிமைகள் மற்றும் சிறுவர் உரிமைகள் பற்றிய

பயிற்சி தொகுதி

(அநுராதபுரம் மற்றும் கிளிநொச்சி மாவட்டங்கள் மீதான விசேட கவனிப்புடனான)

kinder not hilfe

Centre for Equality and Justice

பொருளடக்கம்

சுருக்கப்பெயர்கள் மற்றும் சுருக்க எழுத்துக்கள் i

1. இந்த தொகுதி பற்றி 01

1.1 அறிமுகம் 01

1.2 தளவமைப்பு மற்றும் இலக்கு குழுக்கள் 02

1.3 வசதியளிப்பவர்கள்/பயிற்சியாளர்களுக்கான ஒழுக்க நெறிமுறைகள் 03

1.4 வசதியளிப்பவர்கள்/பயிற்சியாளர்களுக்கான குறிப்புகள் மற்றும் உதவிக்குறிப்புகள் 04

2. பால்நிலை மற்றும் பாலின சமத்துவம் 07

2.1 அறிமுகம் 07

2.2 குறிக்கோள்கள் 07

2.3 ஏன் இந்த விடயத்தில் கவனம் செலுத்த வேண்டும்? 07

2.4 பால்நிலை என்றால் என்ன? இது பாலிலிருந்து வேறுபட்டதா? 08

2.5 பால்நிலை சமத்துவம் என்றால் என்ன? 11

2.6 பால்நிலை சமத்துவத்தை எவ்வாறு உறுதிப்படுத்துவது? 15

3. பெண்களின் உரிமைகள் 19

3.1 அறிமுகம் 19

3.2 பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறையைப் பற்றி (VAW) விளங்கிக்கொள்ளல் 20

3.3 குடும்ப வன்முறை 22

3.3.1 அறிமுகம் 22

3.3.2 குறிக்கோள்கள் 22

3.3.3 ஏன் இந்த விடயத்தில் கவனம் செலுத்த வேண்டும்? 22

3.3.4 குடும்ப வன்முறை என்றால் என்ன? 23

3.3.5 குடும்ப வன்முறையைத் தடுப்பது மற்றும் குடும்ப வன்முறையில் இருந்து தப்பிப்பிழைத்தவர்களை எவ்வாறு பாதுகாக்கப்பது? 27

3.4 பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறையின் (ஏயுறு) பிற வடிவங்கள் 30

3.4.1 அறிமுகம். 30
3.4.2 குறிக்கோள்கள் 30
3.4.3 ஏன் இந்த விடயத்தில் கவனம் செலுத்த வேண்டும்? 31
3.4.4 பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறையின் (VAW) பிற வடிவங்களை விளங்கிக் கொள்ளல. 31
3.4.5 வன்முறையில் இருந்து பாதுகாப்புப் பெறுவதை எவ்வாறு உறுதிப்படுத்திக் கொள்ள முடியும்? 33

3.5 பாதுகாப்பான தொழிலாளர் குடியகல்வு 37

3.5.1 அறிமுகம் 37
3.5.2 குறிக்கோள்கள் 37
3.5.3 ஏன் இந்த விடயத்தில் கவனம் செலுத்த வேண்டும்? 37
3.5.4 பாதுகாப்பான தொழிலாளர் குடியகல்வு என்றால் என்ன? 38
3.5.5 ஆட்கடத்தல் என்றால் என்ன?. 38
3.5.6 புலம்பெயர்ந்த பெண்கள் தங்களை எவ்வாறு பாதுகாத்துக் கொள்ள முடியும்?. 39

3.6 ஊதியம் இல்லாத பராமரிப்பு வேலை மற்றும் சமூக-பொருளாதார சார்ந்திருத்தல் 41

3.6.1 அறிமுகம். 41
3.6.2 குறிக்கோள்கள் 41
3.6.3 ஏன் இந்த விடயத்தில் கவனம் செலுத்த வேண்டும்? 41
3.6.4 ஊதியமில்லாத பராமரிப்பு வேலை என்றால் என்ன? 42
3.6.5 பெண்கள் மீதான ஊதியமில்லாத பராமரிப்பு பணியின் சுமையை எவ்வாறு குறைக்க முடியும்? 44

4. உரிமைகள் மற்றும் பொறுப்புகளைப் புரிந்துகொள்ளுதல் 46

4.1 அறிமுகம் 46
4.2 உரிமைகள் மற்றும் கடமைகளைப் புரிந்துகொள்வது 46

4.2.1 அறிமுகம் 46
4.2.2 குறிக்கோள்கள் 47
4.2.3 உரிமைகள் என்றால் என்ன, அவை ஏன் முக்கியம்? 47
4.2.4 சிறுவர் உரிமைகள் எங்கிருந்து வருகின்றன? 49

4.3 வாழும் உரிமை- இது வாழ்வதற்கான உரிமை, ஊட்டச்சத்து, சுகாதாரம், பெயர் மற்றும் தேசியத்தை உறுதி செய்வதாகும் 50

4.3.1 அறிமுகம். 50
4.3.2 குறிக்கோள்கள் 50
4.3.3 ஏன் இந்த விடயத்தில் கவனம் செலுத்த வேண்டும்? 51
4.3.4 உயிர் வாழ்வதற்கான உரிமை என்றால் என்ன?. 51
4.3.5 இந்த உரிமையை எவ்வாறு பாதுகாக்க முடியும்? 52

4.4 அபிவிருத்திக்கான உரிமை - இது கல்வி, கவனிப்பு, ஓய்வு, விளையாட்டு மற்றும் பொழுதுபோக்கிற்கான உரிமை 56

4.4.1 அறிமுகம் 56
4.4.2 குறிக்கோள்கள் 57
4.4.3 ஏன் இந்த விடயத்தில் கவனம் செலுத்த வேண்டும்? 57
4.4.4 அபிவிருத்திக்கான உரிமை என்ன? 57
4.4.5 இந்த உரிமையை எவ்வாறு பாதுகாக்க முடியும்? 59

4.5 பாதுகாப்பு உரிமை – சுரண்டல், துஷ்பிரயோகம் மற்றும் புறக்கணிப்பு ஆகியவற்றிலிருந்து பாதுகாப்பை உறுதி செய்வதாகும் 62

4.5.1 அறிமுகம் 62
4.5.2 குறிக்கோள்கள் 63
4.5.3 ஏன் இந்த விடயத்தில் கவனம் செலுத்த வேண்டும்? 63
4.5.4 பாதுகாப்பதற்கான உரிமை என்ன? 63
4.5.5 இந்த உரிமையை எவ்வாறு பாதுகாக்க முடியும்? 66

4.6 பங்குபற்றுதலுக்கான உரிமை - இதன் பொருள் வெளிப்படுத்துதல், தெரிவித்தல் மற்றும் பங்கேற்பதாகும் 73

4.6.1 அறிமுகம் 73
4.6.2 குறிக்கோள்கள் 73
4.6.3 ஏன் இந்த விடயத்தில் கவனம் செலுத்த வேண்டும்? 74
4.6.4 பங்குபற்றுதலுக்கான உரிமை என்றால் என்ன? 74
4.6.5 இந்த உரிமையை எவ்வாறு பாதுகாக்க முடியும்? 75

5. பயனுள்ள தொடர்புகளின் பட்டியல், குறிப்புகள் மற்றும் பரிந்துரைக்கப்பட்ட வாசிப்பு 79

சுருக்கப்பெயர்கள் மற்றும் சுருக்க எழுத்துக்கள்

CAT	சித்திரவதை மற்றும் பிற கொடூரமான, மனிதாபிமானமற்ற அல்லது இழிவான நடாத்துகைக்கு அல்லது தண்டனைக்கு எதிரான சமவாயம்
CEDAW	பெண்களுக்கு எதிரான அனைத்து வகையான பாகுபாடுகளையும் ஒழிப்பதற்கான சமவாயம்
CEJ	சமத்துவம் மற்றும் நீதிக்கான நிலையம்
CERT	கணினி அவசர தயார்நிலை
CID	குற்றப் புலனாய்வுத் திணைக்களம்
CRPD	ஐக்கிய நாடுகளின் ஊனமுற்றோர் உரிமைகள் சமவாயம்
CRSA	சிறுவர் உரிமைகள் நிலைப் பகுப்பாய்வு
CSO	சிவில் சமூக அமைப்பு
DS	பிரதேச செயலகம்
FAQ	அடிக்கடி கேட்கப்படும் கேள்விகள்
FGM	பெண் பிறப்புறுப்பு
ICCPR	அனைத்துலக குடிசார் மற்றும் அரசியல் உரிமைகள் உடன்படிக்கை
ICESCR	அனைத்துலக பொருளாதார, சமூக, பண்பாட்டு உரிமைகள் உடன்படிக்கை
LAC	சட்ட உதவி ஆணைக்குழு
NCPA	தேசிய சிறுவர்கள் பாதுகாப்பு அதிகாரசபை
PDVA	2005ஆம் ஆண்டு 34ஆம் இலக்க குடும்ப வன்முறை தடுப்புச் சட்டம்
SDG	பேண்தகு அபிவிருத்தி இலக்குகள்
SGBV	பாலியல் மற்றும் பால்நிலை அடிப்படையிலான வன்முறை
SHGs	சுயஉதவி குழுக்கள்
SLBFE	இலங்கை வெளிநாட்டு வேலைவாய்ப்பு பணியகம்
SOGI	பாலியல் நோக்குநிலை மற்றும் பால்நிலை அடையாளம்
SRHR	பாலியல மற்றும் இனப்பெருக்க சகாதார உரிமைகள்
STEM	அறிவியல், தொழில்நுட்பம், பொறியியல் மற்றும் கணிதம்
UN	ஐக்கிய நாடுகள் சபை
UNCRC	சிறுவர்களின் உரிமைகள் மீதான ஐக்கிய நாடுகளின் சமவாயம்
VAW	பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறை
VCDC	கிராம சிறுவர்கள் மேம்பாட்டுக் குழு
WDO	பெண்கள் அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர

01 இந்த தொகுதி பற்றி

1.1 அறிமுகம்

இந்த பயிற்சித் தொகுதியானது "கூட்டாக எதிர் கொள்ளல்: அனுராதபுரம் மற்றும் கிளிநொச்சி மாவட்டங்களில் இலகுவில் நலிவடையும் நிலையில் உள்ள போரில் பாதிக்கப்பட்ட சிறுவர்கள் மற்றும் மீண்டுவரும் திறனுடைய தாய்மார்கள்". என்ற கருத்திட்டத்தின் ஒரு பகுதியாக Kindernothilfe ஆல் ஆதரவு வழங்கப்பட்டு சமத்துவம் மற்றும் நீதிக்கான நிலையத்தினால் (CEJ) உருவாக்கப்பட்டதாகும். இந்த கருத்திட்டத்தினூடாக சமத்துவம் மற்றும் நீதிக்கான நிலையமானது (CEJ) சுய உதவிக் குழுக்களில் (SHGs) உள்ள பெண்களை அவர்களின் வாழ்க்கை மற்றும் அவர்களின் பிள்ளைகளின் வாழ்க்கையின் பல்வேறு அம்சங்களில் முடிவெடுக்கும் வகையில் கலந்துரையாடல்களில் ஈடுபடவும் அவர்களை கொள்திறனாக்குவதிலும் மற்றும் ஆதரவளிப்பதிலும் கவனம் செலுத்துகிறது. அநுராதபுரம் மற்றும் கிளிநொச்சி மாவட்டங்களில் நடாத்தப்பட்ட சிறுவர் உரிமைகள் நிலைப்பகுப்பாய்வு (CRSA), சமத்துவம் மற்றும் நீதிக்கான நிலையத்தினால் (CEJ) இரண்டு திட்ட மாவட்டங்களில் நடாத்தப்பட்ட கருத்திட்ட ஆய்வுகள் அத்துடன் அவ் இரண்டு மாவட்டங்களில் உள்ள கள அதிகாரிகள், சமத்துவம் மற்றும் நீதிக்கான நிலையத்தின் (CEJ) சமூக ஒருங்கிணைப்பாளர்கள், அரச அதிகாரிகள் மற்றும் சிவில் சமூக ஆர்வலர்களுடன் செய்யப்பட்ட ஆலோசனைகள் ஊடாக அடையாளம் காணப்பட்ட பிரச்சினைகள் மற்றும் கருப்பொருட்களுக்குப் பதிலளிக்கும் வகையில் இந்த தொகுதி உருவாக்கப்பட்டுள்ளது.

சமத்துவம் மற்றும் நீதிக்கான நிலையமானது வறுமையில் வாடுகின்ற அத்துடன் சமூக உட்கட்டமைப்பு குறைவாக உள்ள கஸ்டப் பகுதிகளில் வாழுகின்ற, பெண்கள் மற்றும் சிறுவர்களுடன் பணியாற்றி வருகிறது, இது நேரடியாகவும் மறைமுகமாகவும் இந்தச் சமூகங்களில் உள்ள பெண்கள் மற்றும் சிறுவர்களின் தகவல் அணுகுதலில் தாக்கத்தை ஏற்படுத்துகிறது. பெண்கள் மற்றும் சிறுவர்கள் உட்பட இலங்கையில் உள்ள அனைத்து பிரஜைகளுக்கும் தகவலை அணுகல் என்பது அரசியலமைப்பு ரீதியாக (உறுப்புரை 14A) உத்தரவாதம் அளிக்கப்பட்ட உரிமையாகும். பெண்கள் மற்றும் சிறுவர்களுக்கு அவர்களின் உரிமைகள் பற்றிய தகவல்களை அணுகுவது அவர்களின் மனித உரிமைகளை கோர அனுமதிக்கிறது. அந்தவகையில், இந்த தொகுதியின் ஒட்டுமொத்த நோக்கம்:

> பெண்கள் மற்றும் சிறுவர்களுக்கு அவர்களின் உரிமைகள் பற்றிய தகவல்களை அதிக அளவில் அணுகச் செய்வதன் மூலம் அவர்களை வலுப்படுத்துவதாகும்.

தொகுதியின் முக்கிய குறிக்கோள்கள் பின்வருமாறு:

- பால்நிலை சமத்துவம், பெண்களின் உரிமைகள் மற்றும் சிறுவர்களின் உரிமைகள் பற்றிய எண்ணக்கருக்களின் ஒட்டுமொத்த புரிதலை நோக்கி தங்களின் உரிமைகள் பற்றிய அடிப்படை புரிதல் கொண்ட அல்லது புரிதல் எதுவும் இல்லாத பெண்களையும் சிறுவர்களையும் வழிகாட்டுவதற்கு நெறிப்படுத்துதல்

- பால்நிலை சமத்துவம், பெண்களின் உரிமைகள் மற்றும் சிறுவர்களின் உரிமைகள் பற்றிய அடிப்படைப் புரிதல் உள்ளவர்களின் புரிதலை மேம்படுத்த உதவுதல்.

- இலகுவில் நலிவடையக்கூடிய சமூகங்களில் உள்ள பெண்கள் மற்றும் சிறுவர்களின் உரிமை மீறல்களைக் கண்டறிந்து, தகுந்த பரிகாரங்களைத் தேடி, அவர்களின் உரிமைகளைப் பெறுவதற்கான திறனை வளர்த்தல்.

- பால்நிலை சமத்துவம், பெண்களின் உரிமைகள் மற்றும் சிறுவர்களின் உரிமைகள் தொடர்பான பிரச்சனைகளில் சமூக உறுப்பினர்களுக்கு பயிற்சிகளை நடாத்த ஆசிரியர்கள், ஆர்வலர்கள், சமுதாய நெறிப்படுத்துனர்கள் மற்றும் சமூக தலைவர்கள் போன்றவர்களுக்கு நெறிப்படுத்துனர்கள் அல்லது பயிற்சியளிப்பாளர்கள் வழிகாட்டுதல்களை வழங்குதல்

1.2 உள்ளடக்கம் மற்றும் இலக்குக் குழுக்கள்

இந்தத் தொகுதி பின்வரும் 03 முக்கிய பகுதிகளைக் கொண்டுள்ளது, ஒவ்வொன்றும் ஒரு குறிப்பிட்ட பகுதியைக் கையாள்கின்றன:

- பால்நிலை சமத்துவம்
- பெண்கள் உரிமைகள்
- சிறுவர்கள் உரிமைகள்

ஒவ்வொரு பகுதியும் துணைக் கருப்பொருட்களாக பிரிக்கப்பட்டுள்ளது. துணைக் கருப்பொருட்கள் பின்வருனவற்றை உள்ளடக்கியுள்ளன:

- எளிய நோக்கங்கள்

- ஒரு தத்துவார்த்த கண்ணோட்டத்தில் தலைப்பு தொடர்பான அடிப்படைக் கருத்துக்கள் மற்றும் உரிமைகளை விளக்கும் குறிப்புகள்

- உரிமைகள் மீறப்படும் போது உரிமைகளை உறுதிப்படுத்த என்ன நடைமுறை நடவடிக்கைகள் எடுக்கப்பட்டுள்ளது மற்றும் எடுக்கப்படலாம்.

- பங்கேற்பாளர்களுக்கான செயற்பாடுகள் (ஏற்புடைய வகையில் பெரியவர்கள் மற்றும் சிறுவர்கள் என இருவருக்குமான) அவர்களுக்கு கொடுக்கப்பட்ட தகவலை அவர்கள் எளிதாகப் புரிந்துகொள்ளுதல்.

அத்தோடு, இந்த பயிற்சிகள் போன்ற இடையீடுகள் நெறிப்படுத்துனர்கள் மற்றும் பங்கேற்பாளர்கள் இருவருக்கும் சில ஆபத்துக்களை ஏற்படுத்துகின்றன என்பதை உணர்ந்து, பிரிவு 1.3 பங்கேற்பாளர்களும் தாங்களும் பாதுகாக்கபடுகிறார்கள் என இரண்டையும் உறுதிப்படுத்த நெறிப்படுத்துனர்கள் பின்பற்ற வேண்டிய அடிப்படை நெறிமுறைக் கோட்பாடுகள் மற்றும் வழிகாட்டுதல்கள் என்பவற்றைக் கொண்டுள்ளது. பயிற்சியைத் தயாரித்தல், திட்டமிடுதல் மற்றும் வழங்குதல் பற்றிய குறிப்புகள், பயன்பாட்டிற்கான பிரிவு 1.4 இல் காணப்படுகின்றன. இது பயிற்சிக்குத் தயாராகும் போது சரிபார்ப்புப் பட்டியலாகவும் பயன்படுத்த முடியும்.

நெறிப்படுத்துனர்களே இந்த தொகுதியின் முக்கிய பயனாளிகள் ஆவர்

- அவர்கள் எந்தப் பயிற்சியை மேற்கொள்வதற்கு முன்னரும் அவர்கள் பயிற்சியளிக்க வேண்டிய தலைப்புகள் பற்றிய தகவல்களைப் புரிந்துகொண்டும் அதுசார்ந்து தேவையான மேலதிக விடயங்களைப் பெற்றுக் கொண்டும் இருத்தல் வேண்டும். இந்தத் தொகுதியில் உள்ள ஒவ்வொரு துணைத் தலைப்புடனும் உள்ள குறிப்புகளும், தொகுதியின் முடிவில் பரிந்துரைக்கப்பட்ட மேலதிக வாசிப்பு ஆவணங்கள் மற்றும் நூல்கள் இந்த நோக்கத்திற்காக பயனுள்ளதாக இருக்கும்.

- நெறிப்படுத்துனர்கள், குறித்த இலக்கு பார்வையாளர்களுக்குத் தொடர்புடைய தலைப்புக்களை, நேரத்தை அடிப்படையாக கொண்டு தேர்ந்தெடுக்க ஊக்குவிக்கப்படுகிறார்கள். இருப்பினும், அனைத்து பயிற்சிகளிலும் பால்நிலை சமத்துவம் என்ற கருத்தை அறிமுகப்படுத்துவது அழுத்தமாக பரிந்துரைக்கப்படுகிறது.

- அவர்கள் குறிப்பிட்ட அமர்வுகளில் அதிகமாகவோ அல்லது குறைவாகவோ நேரத்தை செலவிட முடிவு செய்யலாம்.

- நெறிப்படுத்துனர்கள், தொகுதியில் கொடுக்கப்பட்டுள்ள செயற்பாடுகளுக்கு ஒத்த செயற்பாடுகளையும் பயன்படுத்தலாம். அத்தோடு அதிகபட்ச தாக்கத்திற்காக, செயற்பாடுகளை மேம்படுத்தவும் சரி செய்யவும் நெகிழ்வுத்தன்மையைக் கொண்டுள்ளார்கள். இருப்பினும், அனுபவம் குறைந்த நெறிப்படுத்துனர்கள் ஒவ்வொரு செயற்பாட்டிலும் குறிப்பிடப்பட்ட வழிகாட்டுதல்களை எந்த விலகலும் இல்லாமல் பின்பற்ற வேண்டும். இந்த பயிற்சித் தொகுதியின் உயிர்ப்பு மற்றும் நோக்கங்களைப் புரிந்துகொள்வதே முக்கிய நோக்கமாகும்.

1.3 நெறிப்படுத்துனர்கள் அல்லது பயிற்சியளிப்பவர்களுக்கான நெறிமுறைக் கருத்தாய்வுகள்

பல்வேறு காரணங்களால் நலிவுறுநிலையில் உள்ள பெண்கள் மற்றும் சிறுவர்களுடன் இணைந்து பணியில் ஈடுபடப் போகிறீர்கள் என்பதை நினைவில் கொள்வது அவசியம். இதில் சில பெண்கள் மற்றும் சிறுவர்கள் வன்முறை மற்றும் பிற வகையான அத்துமீறல்களின் வலிமிகுந்த அனுபவங்களைச் சந்தித்திருக்கலாம், அதே சமயம் இந்தத் தொகுதியில் கலந்துரையாடப்படும் சில தலைப்புகள் பங்கேற்பாளர்களுக்கு மன உளைச்சலைத் தூண்டலாம். நெறிப்படுத்துனர்கள் உளவியல் அல்லது ஆலோசனை வழங்குவதில் நிபுணர்களாக இருக்க வேண்டும் என அவசியமில்லை. எனினும், பாதிக்கப்பட்ட அல்லது அதிர்ச்சியால் பாதிக்கப்பட்ட பெண்கள் மற்றும் சிறுவர்களுடன் பணிபுரிவதில் மறைமுகமாக இருக்கும் ஆபத்துகள் குறித்து அவர்கள் விழிப்புடன் இருப்பதும், ஏற்கனவே பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கு தீங்கு விளைவிப்பதைத் தவிர்ப்பதும் அவசியமாகும். இந்த யதார்த்தத்தை உணர்ந்து பயிற்சிகளை நடாத்தும் போது பின்வரும் கவனிக்கத்தக்க ஒழுக்க நெறிமுறைகளை நெறிப்படுத்துனர்களுக்கு வழிகாட்ட வேண்டும். இந்த வழிகாட்டுதல்கள், அவர்களின் நடத்தையைக் கட்டுப்படுத்துவதற்குப் பதிலாக, தொழில் ரீதியாக பணிபுரிய உதவுவதைக் குறிக்கும். இந்த பரிசீலனைகள், பொறுப்பான மற்றும் தார்மீக ரீதியில் சரியான வழிகளில் செயற்படவும் நடந்து கொள்ளவும் உதவும் ஒரு கட்டமைப்பை வழங்குகிறது.

அந்தரங்கம் மற்றும் இரகசியத்தன்மையை மதித்தல்- பயிற்சியின் போது அல்லது வெளியில் பகிரங்க வெளிப்படுத்தலுக்கானது என்பது பற்றி உறுதியாக தெரியாத போது பங்கேற்பாளர்களின் அந்தரங்கக் கதைகளை பகிர வேண்டாம். அதே நேரத்தில், அவர்களின் அனுபவங்கள் எழுதப்பட்டு வழங்கப்பட்டால், அக் குறிப்புகள் பாதுகாப்பான இடத்தில் சேமிக்கப்படுவதையும், வெளியாட்களுக்கு அந்தத் தகவல் கிடைக்காமல் இருப்பதையும் உறுதிப்படுத்தவும் அல்லது அவை பயிற்சிக்குப் பின்னர் அழிக்கப்படுவதை உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளவும். இரகசியத்தன்மையை மதிப்பது, பங்கேற்பாளர்கள் மேலும் அச்சுறுத்தல்கள் அல்லது வன்முறைக்கு ஆளாகாமல் இருப்பதை உறுதிசெய்கிறது.

பயிற்சியின் போது அல்லது பயிற்சிக்கு வெளியே பங்கேற்பாளர்களைப் பற்றிய தகவல்களை அவர்களின் **உரிய முன்னறிவிக்கப்பட்ட ஒப்புதலுடன்** மட்டுமே பகிரவும். தகவலறிந்த ஒப்புதலுக்கு, நீங்கள் என்ன செய்ய வேண்டும் என்பதை முதலில் நபரிடம் விளக்கி, அவர்களிடம் ஒப்புக்கொள்கிறீர்களா என்று கேட்கவும். அவர்கள் ஒப்புக்கொண்டால், ஒப்புதல் படிவத்தில் கையெழுத்திடுமாறு கூற வேண்டும். பங்கேற்பாளர்கள் தங்களுக்கு சௌகரியமாக இல்லை என கூறும் பட்சத்தில் சம்மதம் தெரிவிக்கும்படி கட்டாயப்படுத்தக் கூடாது.

பங்கேற்பாளர்களின் **தெரிவு சுதந்திரம் மற்றும் சுயநிர்ணய உரிமையை** ஏற்றுக்கொள்ளுங்கள். வன்முறைக்கு ஆளாகும் எந்தப் பெண்ணையும் சிறுவர்களையும் அத்தகைய வன்முறையைப் பற்றிப் பேசவோ அல்லது உதவியை நாடவோ கட்டாயப்படுத்தாதீர்கள். இது வன்முறையின் மற்றொரு வடிவமாக கருதப்படும். அத்தோடு அவர்களை அது மேலும் மன உளைச்சலுக்கு ஆளாக்கலாம். பார்வையாளர்கள், தங்களுக்கு எது சரியானது என்பதைத் தேர்ந்தெடுப்பதற்குத் தேவையான தகவல்களை மட்டுமே நெறிப்படுத்துனர்கள் வழங்க வேண்டும்.

பங்கேற்பாளர்கள் தங்கள் அனுபவங்களைப் பகிர்ந்து கொள்ளும் சந்தர்ப்பத்தில் **முற்கற்பிதம் இல்லாமல் இருங்கள்**. உங்கள் சொந்த உணர்வுகளைப் பொருட்படுத்தாமல் அவர்களுக்கான ஆதரவையும் தகவலையும் வழங்கவும், அவர்களை பாதிக்கப்பட்டவர்களாக அல்லாமல் நபராக அல்லது தப்பி பிழைத்தவர்களாக ஏற்றுக்கொள்ளுங்கள்.

பங்கேற்பாளர்களின் ஆகக்கூடிய நலனைக் கருத்தில் கொண்டு செயற்பட தீங்கற்ற அணுகுமுறையை கைக்கொள்ளுங்கள். இதற்காக சில சந்தர்ப்பங்களில் இரகசியத்தன்மையின் விதியை மீற வேண்டியிருக்கலாம். எடுத்துக்காட்டாக ஒரு சிறுவர் துஸ்பிரயோகத்திற்கு உள்ளாக்கப்படுகிறார் அல்லது ஒரு பெண் தற்கொலை செய்து கொள்ள நினைக்கின்றாள் எனும் போது நெறிப்படுத்துனர் அவர்களுக்கு உதவ இரகசிய விதியை மீறலாம். எவ்வாறாயினும், பங்கேற்பாளர்களுக்கு அவர்கள் ஏன் இரகசியத்தன்மை விதியை மீற வேண்டும் என்பதைத் தெரிவிக்க வேண்டும் அத்துடன் பங்கேற்பாளர்களுடன் இணைந்து தீர்வுகளைக் கண்டறிய அனைத்து முயற்சிகளையும் செய்ய வேண்டும். அதனால் அவர்கள் வலு இழந்தவர்களாக உணர மாட்டார்கள்.

பங்கேற்பாளர்களின் பாதுகாப்பை உறுதி செய்தல். ஒரு குறிப்பிட்ட தலைப்பு அசௌகரியத்தை ஏற்படுத்தலாம் அல்லது மன உளைச்சலை ஏற்படுத்தலாம் என்பதை அறிந்திருந்தால், அமர்வைத் தொடங்கும் முன் பங்கேற்பாளர்களை அது தொடர்பில் எச்சரிக்க வேண்டும். இந்த சூழ்நிலைகளில் பங்கேற்பாளர்களுக்கு அவர்கள் என்ன செய்ய முடியும் என்பதை தவறாக சித்தரிக்க வேண்டாம். அவர்களுக்கு, என்ன செய்ய முடியும் மற்றும் என்ன செய்ய முடியாது என்பது பற்றிய முழு தகவலையும் வழங்க வேண்டும். பங்கேற்பாளர்களுக்கு ஆதரவு தேவைப்பட்டால் (அரசு, சட்ட மற்றும்/அல்லது மனநல உதவி) தொடர்பு கொள்ளக்கூடிய தொடர்புகளின் பட்டியலை வைத்திருங்கள். இந்தத் தொடர்புகள் பங்கேற்பாளருக்கு தனிப்பட்ட முறையில் கொடுக்கப்படலாம் அல்லது முழு குழுவும் காணும் இடத்தில் காட்டப்படலாம். உரிய பிரச்சினைக்கான தீர்வை நெறிப்படுத்துனர்கள் வழங்குவது மட்டும் பங்கு அல்ல என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள். மேலும், பங்கேற்பாளர்கள் அசௌகரியத்தை அல்லது மன உளைச்சலை வெளிப்படுத்தினால், குறிப்பிட்ட நேரத்திற்கு வெளியே செல்ல அவர்களுக்கு நேரம் கொடுங்கள் மற்றும் விளக்கமளிக்க (debriefing) சிறிது நேரத்தை வழங்கவும்.

பங்கேற்பாளர்களில் விசேட தேவையுள்ள நபர்கள் இருக்கலாம் என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள். பயிற்சியின் போது யாரும் கைவிடப்படாமல் இருக்கின்றனர் என்பதையும், **விசேடதேவை உடையவர்களை உள்வாங்கும்** வகையில் பயிற்சிகள் வழங்கப்படுவதையும் நெறிப்படுத்துபவர்கள் உறுதி செய்ய வேண்டும்.

முடிந்தால், அதாவது வளங்கள் அனுமதிக்கப்படுமாயின் பங்கேற்பாளர்களுக்கு மன உளைச்சலை ஏற்படுத்தக்கூடிய அமர்வுகள் நடைபெறும் போது **பயிற்சி பெற்ற ஆலோசகரை** கலந்து கொள்ளுமாறு அழைக்கவும் அல்லது பயிற்சியின் பின்னர் கதைக்கக்கூடிய விதத்தில் பயிற்சிபெற்ற ஆலோசகரின் தொடர்புத் தகவலைக் கையில் வைத்திருக்கவும்.

பங்கேற்பாளர்களை எந்த வடிவத்திலும் **துஸ்பிரயோகம் செய்யாதீர்கள் அல்லது சுரண்டாதீர்கள்.**

1.4 நெறிப்படுத்துனர்கள்/ பயிற்சியளிப்பவர்களுக்கான குறிப்புகள் மற்றும் ஆலோசனைக் குறிப்புகள்

பின்வரும் உதவிக்குறிப்புகள் மற்றும் குறிப்புகள், அமர்வுகளை வெற்றிகரமாகத் திட்டமிடவும், தயார் செய்யவும் மற்றும் வழங்கவும் நெறிப்படுத்துனர்களுக்கு உதவும்.

- பங்கேற்பாளர்கள் அனைவரும் வசதியாக அணுகக்கூடிய (பௌதீக மற்றும் புவியியல் ரீதியாக) ஒரு இடத்தைத் தேர்ந்தெடுக்கவும்.

பங்கேற்பாளர்களுக்கு ஒரு இடத்திலிருந்து இன்னொரு இடத்திற்கு செல்லுதல் தொடர்பில் ஏதேனும் சிக்கல்கள் உள்ளதா என சரிபார்க்க வேண்டும் என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள்

- ஒவ்வொரு அமர்வுக்கும் முன்னும், பயிற்சிக்குத் தேவையான அனைத்துப் பொருட்களையும் தயார் நிலையில் வைத்திருப்பதை உறுதி செய்து கொள்ளவும். ஒவ்வொரு பயிற்சிக்கும் முன்னரும் தேவையான பொருட்களின் சரிபார்ப்புப் பட்டியலை உருவாக்கி, அனைத்து பொருட்களும் கிடைக்கத்தக்கதாக உள்ளது என்பதை உறுதிப்படுத்த அதைப் பயன்படுத்தவும்.

- ஒரு பயனுள்ள பயிற்சி அமர்வென்பது வழங்கப்பட வேண்டிய தலைப்பை/பயிற்சியை நெறிப்படுத்துனர் நன்கு அறிந்திருப்பதைப் பொறுத்ததாகும். எனவே, பயிற்சியின் போது தலைப்பு தொடர்பான அனைத்து தகவல்களையும் படித்து, ஒவ்வொரு தலைப்புக்கும் வடிவமைக்கப்பட்ட பாடவிடயம் மற்றும் செயற்பாடுகளை நன்கு அறிந்திருங்கள்.

- பயிற்சி நாளில் பங்கேற்பாளர்கள் வசதியாகவும் பாதுகாப்பாகவும் உணரும் வகையில் முறைசாரா சூழலை ஏற்படுத்துவதை உறுதிசெய்யவும். பயிற்சியின் போது பங்கேற்பாளர்களை இலகுவாக்க அமர்வுகளின் தொடக்கத்தில் நெறிப்படுத்துனர்கள் தங்கள் சொந்த புத்துணர்ச்சியாக்கிகளைத் தெரிவு செய்யலாம்.

- ஒவ்வொரு அமர்வின் நோக்கங்களையும் தெளிவாகக் குறிப்பிடுவதை உறுதிசெய்து கொள்ளுங்கள், இதனால் அமர்வில் இருந்து என்ன எதிர்பார்க்கப்படுகிறது என்பது பற்றி நெறிப்படுத்துனர்களும் பங்கேற்பாளர்களும் தெளிவாக இருப்பார்கள்

- ஊடாடும் கற்றலை எளிதாக்க இந்த தொகுதியில் உள்ள செயற்பாடுகளைப் பயன்படுத்தவும். பயனுள்ள ஆளிடைத்தொடர்பாடல் மூலம், பங்கேற்பாளர்களின் நம்பிக்கையை வளர்க்க இது உதவும். எவ்வாறாயினும், தொடர்புகளின் அளவு என்பது பெரும்பாலும் அந்த தலைப்புகளில் பங்கேற்பாளர்களின் சௌகரிய நிலை மற்றும் விடயம் பற்றி பெற்றுள்ள அனுபவம் ஆகியவற்றைப் பொறுத்தது என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள்.

- பங்கேற்பாளர்களை ஒன்றாகச் செயற்பட ஊக்குவிக்க குழு செயற்பாடுகளைப் பயன்படுத்தவும். அத்துடன் அவர்களின் கருத்தை வெளிப்படுத்த அதிக வாய்ப்பை வழங்கவும். குழுக்களாகவும் ஜோடிகளாகவும் பிரிக்க வெவ்வேறு வழிகளைப் பயன்படுத்தவும்.

- செயலூக்கமான செவிமடுத்தலை ஊக்குவிக்கவும். ஒரு குறித்த பங்கேற்பாளர்கள் மற்ற பங்கேற்பாளர்களின் கருத்துநிலைகளை நன்கு புரிந்துகொள்ள இது உதவும்.

- தேவைப்படும் போதெல்லாம் அனைத்துக் குழுவின் கருத்தையும் கவனித்திற்கொள்ளவும். அனைத்து பதில்களையும் நெறிப்படுத்துனர்கள் வழங்குவதற்குப் பதிலாக பங்கேற்பாளர்கள் அவர்களின் கருத்துக்களை பகிர்ந்து கொள்ள ஊக்குவிக்கவும். அனைவரும் உள்வாங்கப்படுவதை உறுதிசெய்ய ஒவ்வொரு அமர்வின் போதும் ஒருவர் இருமுறை பேசுவதற்கு முன் ஒருவர் ஒருமுறையாவது பேசுவதை ஊக்குவிக்கவும்.

- நெறிப்படுத்துனர்களால் பதிலளிக்க முடியாத கேள்விகளைக் பங்கேற்பாளர்கள் கேட்டால், அடுத்த நாள் அல்லது அடுத்த அமர்வில் பதில் அளிக்கக் கூடியவாறும் வெளிப்படையாகவும் இருக்கவும். இன்னொரு நாள் அல்லது இன்னொரு அமர்வில் அவ்விடயம் தொடரப்படுவதை உறுதிசெய்யவும்.

- பங்கேற்பாளர்களின் கவனம் குறையத் தொடங்கும் போது விரைவாகப் பயன்படுத்தக்கூடிய புத்துணர்ச்சியாக்கிகளைத் தயாரிக்கவும்.

- ஒவ்வொரு அமர்வு அல்லது அமர்வுக்குப் பின்னரும் பங்கேற்பாளர்களின் பின்னூட்டங்களைப் பெற வேண்டும் என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள். அடுத்த முறை பயிற்சி வழங்குவதை மேம்படுத்த அந்த பின்னூட்டங்களைப் பயன்படுத்தவும்.

“சமூகங்கள் சில சமயங்களில் தங்கள் உரிமைகளைப்பற்றி அறிந்திருக்கின்றன, ஆனால் அவை மீறப்படும் போது அதற்கான நிவாரண வழிமுறைகளை எப்படி அணுகுவது என்று அறிந்திருப்ப-தில்லை. எனவே சமூகங்கள் இந்த பயிற்சிகளின் போது பங்கே-ற்பாளர்களில் ஒரு பகுதியாக இருப்பது முக்கியம் ஆகும்”

பங்குபற்றுனர்,
பகிர்வு அமர்வு-பால்நிலைசமத்துவம்,பெண்கள் மற்றும் சிறுவர் உரிமைகள் தொடர்பான பயிற்சித்தொகுதி

“எங்கள் சிறுவர்களைக் காப்பாற்ற நாங்கள் வேலை செய்ய வேண்டும். இதனை முழுமரியாதையுடன் நாம் செய்யாவிட்டால் வேறு யாரும் செய்யமாட்டார்கள்”

டோரதி ஹேய்ட்
ஆபிரிக்க -அமெரிக்க சிவில் உரிமைகள் மற்றும் பெண்கள் உரிமைகள் ஆர்வலர்

“முடிவுகள் எடுக்கப்படும் எல்லா இடங்களிலும் பெண்கள் இருக்க வேண்டும். இதற்கு ஒருபோதும் பெண்கள் விதிவிலக்காக இருக்கக்கூடாது”

ரூத் பேடர் கின்ஸ்பர்க்
அமெரிக்க உச்ச நீதிமன்றத்தின் துணை நீதிபதி

02 பால்நிலை மற்றும் பால்நிலை சமத்துவம்

2.1 அறிமுகம்

சுய உதவிக்குழுக்களுக்கு பால்நிலை என்ற அம்சம் முக்கியமானதாகும். பால்நிலை மற்றும் பால்நிலை சமத்துவம் என்றால் என்ன என்பதைப் புரிந்துகொள்ளுதல் அத்துடன் பால்நிலை சமத்துவம் இல்லாத போது என்ன நடக்கிறது என்பதைப் புரிந்துகொள்ளுதல் மூலம் பெண்கள் மற்றும் சிறுவர்கள், அவர்கள் பிறப்புரிமையாக பெற்ற அனைத்து மனித உரிமைகளையும் சமூகத்தால் விதிக்கப்பட்ட வரம்புகள் எதுவுமின்றி அனுபவிக்க முடியும். இந்த அத்தியாயமானது பால்நிலை சமத்துவத்தை மேம்படுத்த உதவும் வகையில் பால்நிலை, பால், எதிர்ப்பால்நிலை அத்துடன் பால்நிலை சமத்துவம் மற்றும் பாகுபாடு ஆகிய எண்ணக்கருக்களை அறிமுகப்படுத்தும்.

2.2 குறிக்கோள்கள்

பங்கேற்பாளர்களுக்கானது:

- பால்நிலை, பால் மற்றும் பால்நிலைக்கிடையிலான வேறுபாடுகள் மற்றும் அது மனித உரிமைகளுடன் எவ்வாறு தொடர்புடையது என்பதைப் புரிந்து கொள்ளுதல்.
- பால்நிலை சமத்துவம் என்றால் என்ன என்பதை தெளிவாக புரிந்து கொண்டு விளங்கிக் கொள்ளுதல்.
- பால்நிலை சமத்துவமின்மை / பாகுபாடு மற்றும் வீட்டிலும் சமூகத்திலும் பால்நிலை சமத்துவத்தை அடைய அவர்கள் எடுக்கக்கூடிய நடவடிக்கைகளை அடையாளம் காணுதல்.
- பெண்களின் சமத்துவத்தை எவ்வாறு ஆதரிப்பது என்பதை அறிதல்.

2.3 ஏன் இந்த விடயத்தில் கவனம் செலுத்த வேண்டும்?

- தனிநபர்களின் பால்நிலை நோக்குநிலை மற்றும் பால்நிலை அடையாளத்தைச் (SOGI) சுற்றியுள்ள முற்கற்பிதங்களை அடையாளம் காணுதலும் அவற்றுக்கு சவால் விடுப்பதும் முக்கியமானதாகும்.

பால்நிலை அடையாளம்: ஒரு நபரின், ஆண்/ ஆடவர்இ பெண்/ இளம்பெண், இரண்டும் அல்லது இரண்டும் அல்லாத வேறு பாலியல் உள் உணர்வாகும். எ.கா: ஆணாகப் பிறந்தவர் (பால்) பெண்ணாக அடையாளப்படுத்தப்படலாம் அல்லது பெண்ணாகப் பிறந்தவர் (பால்) ஆணாக அடையாளப்படுத்தப்படலாம் அல்லது ஆணாகவோ பெண்ணாகவோ (பால்) பிறந்தவர் மாறுபடும் பால் என அடையாளப்படுத்தப்படலாம், அதாவது ஆணோ பெண்ணோவன்றி காலப்போக்கில் அந்த பால் அடையாளம் மாறுபடும்.

பாலியல் சார்நிலை: ஒரு நபர் தனது உணர்ச்சி மற்றும் பாலியல் ஈர்ப்பை மற்றவர்களிடம் எவ்வாறு வெளிப்படுத்துகிறார் என்பதாகும். எ.கா: ஒரு ஆண் ஒரு பெண்ணிடம் உடல் ரீதியாகவும் உணர்ச்சி ரீதியாகவும் ஈர்க்கப்படுவது எதிர்ப்பால் ஈர்ப்பு ஆகும். ஒரு பெண் உடல் ரீதியாகவும் உணர்ச்சி ரீதியாகவும் ஒரு பெண்ணிடம் ஈர்க்கப்படுவது லெஸ்பியன் நோக்குநிலை ஆகும். ஒரு ஆணிடம் உடல் ரீதியாகவும் உணர்ச்சி ரீதியாகவும் இன்னொரு ஆண் ஈர்க்கப்படுவது ஓரினச் சேர்க்கை நோக்குநிலை ஆகும். ஆண் மற்றும் பெண் இருபாலருக்கும் உடல் ரீதியாகவும் உணர்ச்சி ரீதியாகவும் ஈர்க்கப்படும் ஒரு பெண் இருபால் நோக்குநிலை கொண்டவள் எனப்படும்.

- பால்நிலை முற்கற்பிதங்கள் பொதுவாக மக்களின் பாலியல் நோக்குநிலை மற்றும் பால்நிலை அடையாளம் (SOGI) பற்றிய மரபுகள் மற்றும் பழக்கவழக்கங்களை அடிப்படையாகக் கொண்ட நம்பிக்கைகளாகும். எ.கா: பெண் பிள்ளைகள் பொம்மைகளோடும், ஆண் பிள்ளைகள் கனரக வாகனங்களோடும் விளையாட வேண்டும்இ பெண் நீண்ட தலைமுடியைக் கொண்டிருக்க வேண்டும் மற்றும் ஆண் குறுகிய தலை முடியைக் கொண்டிருக்க வேண்டும். ஆண்கள் மட்டுமே கட்டுமானத் தொழிலாளர்களாக இருக்க முடியும். பொதுவாக பெண்கள் அணிவது போன்ற ஆடைகள் அல்லது பிற ஆடைகளை ஆண்கள் அணியக்கூடாது. ஆண்கள் தங்கள் உணர்ச்சிகளை வெளிப்படுத்தக்கூடாது. திருநங்கைகள் அல்லது பால்நிலையை அடையாளப்படுத்திக்கொள்ளாதவர்களிடம் ஏதோ தவறு உள்ளது, எதிர்ப்பால் ஈர்ப்பு (heterosexuality) மட்டுமே ஏற்றுக்கொள்ளக் கூடிய பால்நிலைசார் நிலை போன்ற இன்னும் பலவற்றைக் கூறலாம்
- பால்நிலை நிலைப்பாடுகளின் எதிர்மறையான தாக்கத்தை அங்கீகரிப்பது ஒரு சமூகத்திற்குள் பெண்கள், ஆண்கள் அல்லது பிற பாலியல் நோக்குநிலை மற்றும் பால்நிலை (SOGI) அடையாளங்களைக் கொண்ட நபர்களிடையே ஒத்துழைப்பு, பரஸ்பர மரியாதை மற்றும் ஏற்றுக்கொள்ளல் ஆகியவற்றை உருவாக்க உதவுகிறது.
- எந்தவொரு நபரும் ஒரு பெண், ஒரு ஆண் அல்லது மற்றொரு பாலியல் நோக்குநிலை மற்றும் பால்நிலை அடையாளத்தைக் (SOGI) கொண்ட ஒரு நபர் என்பதற்காக தாழ்த்தியோ அல்லது உயர்த்தியோ மதிப்பிடப்படுவதில்லை என்பதை ஏற்றுக்கொள்வது முக்கியமாகும்.
- இந்த அறிவானது பெண்களும் சிறுவர்களும் தங்களின் இயலளவை அடையவும், அவர்களுக்கான முடிவுகளை அவர்களே எடுக்கவும், நியாயமற்ற சமூகக் கட்டமைப்புகள் மற்றும் எதிர்பார்ப்புகளால் வரையறுக்கப்படாமல் தங்கள் சொந்த நலனில் பெரிய பங்கை வகிக்கவும் உதவும்.

2.4 பால்நிலை என்றால் என்ன? இது பால் என்ற சொற்பதத்திலிருந்து வேறுபட்டதா?

எளிமையாக கூறுவதாயின் பால்நிலை என்பது சமூகத்தினால் கட்டமைக்கப்படுவதாகும். அதாவது ஒரு குறித்த சமூகத்தில் ஆண்களுக்கும் பெண்களுக்கும் பொருத்தமானவை என கருதுகின்ற சமூக வகிபாகங்கள், செயற்பாடுகள் மற்றும் பண்புக்கூறுகள் என்பவற்றை அது குறிக்கிறது. எடுத்துக்காட்டுகளாக: ஆண்பிள்ளைகள் கடினமானவர்கள், பெண் பிள்ளைகள் கூர்வுணர்வுத்திறனுடையவர்கள், பெண் பிள்ளைகள் நீண்ட தலைமுடியைக் கொண்டிருக்க வேண்டும், சிறுவர்களைக் கவனிக்க வேண்டியது பெண்களின் வேலை, ஆண் பிள்ளைகளுக்கு விளையாட்டு உபகரணங்களான, கனரக வாகனங்களையும் துப்பாக்கிகளையும் பரிசளிக்கையில் பெண் பிள்ளைகளுக்கு சமையல் பாத்திரங்களையும் பொம்மைகளையும் வழங்குதல் என்பவற்றைக் குறிப்பிடலாம்.

பால்நிலையை முழுமையாக விளங்கிக்கொள்ள, பால் மற்றும் பால்நிலை என்பவற்றுக்கிடையிலான வேறுபாட்டைப் புரிந்து கொள்வது அவசியமாகும். பொதுவாக இந்த இரண்டு எண்ணக்கருக்களும் ஒன்றெனக் கருதப்படுவதுடன் ஒன்றுக்குப் பதிலாக மற்றையது பயன்படுத்தப்படுகின்றது. இது தவறாகும். ஏனெனில் பால்நிலை போலல்லாமல், பால் என்பது ஆண்களுக்கும் பெண்களுக்குமிடையிலான உயிரக்கூற்று மற்றும் பௌதீக தோற்றஞ்சார் வேறுபாடுகளையே குறிக்கிறது.

பால்		பால்நிலை
ஒரு இயற்கைப் பண்பாகும். அதாவது நாம் பிறப்புடன் கொண்டு வந்தது: பெண்கள் மார்புகளையும் பெண் பிறப்புறுப்பையும், ஆண்கள் விதைகளையும் ஆண் குறியையும் கொண்டிருப்பர். வேறு சிலர் ஆண் மற்றும் பெண் என்ற இரு பாலாரின் உயிரியல் பண்புகளைக் கொண்டிருப்பர். ஏனையவர்களை சில சந்தர்ப்பங்களில் ஊடுபாலினம் (intersex) என அழைப்பர்.	≠	ஆண் அல்லது பெண்ணுடன் தொடர்புடைய பொருளாதார, அரசியல் மற்றும் பண்பாட்டுப் பண்புகள் மற்றும் வாய்ப்புகள்.
உடற்கூற்றியல்/ மரபணு வேறுபாடுகள் உலகளாவியன, மாற்றமுடியாதவை அத்துடன் நம்மால் தீர்மானிக்கப்பட முடியாதவை.	≠	மதம், பண்பாடு, சமூக நிறுவனங்கள் போன்றவற்றின் தாக்கம் காரணமாக காலப்போக்கில் மாற்றத்திற்கு உட்பட்டு, கலாச்சாரத்தினுள்ளும் வெளியிலும் பரவலாக மாறுபடும் செயற்கையான கற்றலூடாக பெறப்பட்ட அடையாளம்
சத்திரசிகிச்சை மற்றும் மருத்துவ தலையீடு இன்றி மாற்றப்பட முடியாததாகும்.	≠	தனது பால் எது என்பதை அடிப்படையாகக் கொண்டு மக்கள் எவ்வாறு நடந்து கொள்ள வேண்டும் என்பதை ஒரு சமூகம் கற்பிக்கும் விதமாகும்: குழந்தைகளைப் பராமரிப்பதற்கு பெண்களே பொறுப்பு, ஆண்களால் மட்டுமே அதிக வேலை செய்ய முடியும். பெண்கள் கண்ணியமாக உடை அணிய வேண்டும், ஆண் பிள்ளைகள் வலிமையாக இருக்க வேண்டும், அழக்கூடாது. பெண்கள் தங்கள் தாய்மார்களுக்கு உதவ வேண்டும், வீட்டைச் சுத்தம் செய்ய வேண்டும், பால்நிலையை அடையாளப்படுத்திக்கொள்ளாதவர்கள் அல்லது திருநங்கைகளில் ஏதோ தவறு உள்ளது. மக்கள் தங்களையும் மற்றவரையும் எப்படி உணர்கிறார்கள் மற்றும் ஒருவருக்கொருவர் எவ்வாறு தொடர்பு கொள்கிறார்கள் என்பதில் பங்கு வகிக்கிறது. இது சமூகத்தில் உள்ள அதிகார இயங்குநிலையையும் பாதிக்கிறது

செயற்பாடு 1 (பெரியவர்கள் மற்றும் சிறுவர்களுக்கானது):

1 பங்கேற்பாளர்களை ஜோடிகளாக பிரிக்கவும். ஒரு பூவின் இரண்டு குறிப்பிட்ட குணாதிசயங்களை தங்களுக்குள் விவாதிக்க அவர்களைக் கேளுங்கள்.

2 பிளிப்சார்ட்டை “இயற்கை” மற்றும் “சமூகம்” என்ற தலைப்பில் இரண்டு நெடுவரிசைகளாகப் பிரிக்கவும்.

3 ஒவ்வொரு ஜோடியும் கூறும் இரண்டு குணாதிசயங்களை பகிர்ந்து கொள்ள பங்கேற்பாளர்களுக்கு அறிவுறுத்துங்கள்.

4 பொருத்தமான நெடுவரிசையின் கீழ் குணாதிசயங்களை எழுதவும்.

- பங்கேற்பாளர்கள் நிறம், இதழ்களின் வடிவம் மற்றும் நறுமணம் போன்ற குணாதிசயங்களைக் கூறலாம். அவை இயற்கையால் வழங்கப்பட்ட பண்புகளாகும். மற்றவர்கள் ஒரு குறித்த சமூகத்தினால் வழங்கப்படும் குணாதிசயங்களான அழகு, அலங்காரத் தன்மை அல்லது சமூகத்தால் வழங்கப்பட அன்பின் அடையாளமாக பயன்படுத்தப்படுபவைகள் மற்றும் மத சடங்குகள் போன்றவற்றைக் குறிப்பிடலாம்.
- இந்த குணாதிசயங்களை தனித்தனியாக விளக்கி, இயற்கையால் கொடுக்கப்பட்ட குணாதிசயங்களை மாற்ற முடியாது மற்றும் சமூகத்தால் கூறப்படும் பண்புகளை மாற்றலாம் என்பதை தெளிவுபடுத்துங்கள். பால் (இயற்கையால் வழங்கப்பட்ட பண்புகள்) மற்றும் பால்நிலை (சமூகத்தால் வழங்கப்பட்ட பண்புகள்) ஆகியவற்றின் கருத்துகளுடன் இதை தொடர்புபடுத்தவும்.

செயற்பாடு 2 (பெரியவர்கள் மற்றும் சிறுவர்களுக்கானது):

1 பின்வருவனவற்றைப் போன்ற பொருட்கள் மற்றும் சொற்றொடர்களின் பட்டியலைத் தயாரிக்கவும் (சில சொற்றொடர்களை சிறுவர் பார்வையாளர்களுக்காக மாற்ற வேண்டும் அல்லது தவிர்க்க வேண்டும்):

சமைத்தல்	நப்கின்கள்
தும்புத்தடி	அழுதல்
தாய்ப்பாலூட்டடல்	சவரக் கத்தி
இராணுவம்	நவநாகரிகமான
லொறிகளை ஓட்டுதல்	மது
காற்சட்டை	அரசியல்
தைத்தல்	அழகு

2 பங்கேற்பாளர்களை பல சிறிய குழுக்களாகப் பிரித்து ஒவ்வொரு குழுவிற்கும் ஒரு தலை-வரை நியமிக்கவும்.

3 நீங்கள் ஆண்கள் மற்றும் பெண்களைப் பற்றிய அல்லது தொடர்புடைய பல்வேறு சொற்றொடர்கள்/ பொருள்களைப் படிப்பீர்கள் என்பதை விளக்கவும், மேலும் அவர்கள் சொற்றொடரை/ பொருளை "ஆண்கள்", "பெண்கள்" அல்லது இருவருடனும் தொடர்புபடுத்துகிறார்களா என்பதைத் தேர்ந்தெடுத்து அவர்கள் ஏன் அவ்வாறு செய்கிறார்கள் என்பதை விளக்குமாறு குழுக்களை அழைக்கவும். குழுத் தலைவர்கள் தங்கள் கைகளை உயர்த்தி பதிலளிக்க வேண்டும். யார் முதலில் கையை உயர்த்துகிறாரோ அவருக்கு முதலில் பதில் சொல்ல வாய்ப்பு வழங்கப்படும்.

4 ஒப்புக்கொள்கிறார்களா அல்லது அவர்களிடம் வேறு பதில் இருக்கிறதா என்று மற்றைய குழுக்களிடம் கேளுங்கள்.

- "ஏன்?" என்பதை விளக்குவதில் ஆண் /பெண் உடல்கள் (பால்) உடலியல் வேறுபாடுகள் காரணமாக ஒரு குறிப்பிட்ட குழுவோடு சொற்றொடர்/பொருள் தொடர்புடையதா அல்லது குடும்பங்கள், சமூகங்கள், கலாச்சாரம் மற்றும் சமூகம் என்ன கற்பித்தது என்பதைப் பற்றிச் சிந்திக்குமாறு பங்கேற்பாளர்களைக் கேளுங்கள். அவர்கள் பால்நிலை பற்றிச் சிந்திக்க வேண்டுமா? பால்நிலை சார் சங்கங்கள் பெரும்பாலான சந்தர்ப்பங்களில் தன்னிச்சையானவை என்பதை வலியுறுத்துங்கள் மற்றும் பிற சமூகங்களில் காலப்போக்கில் பால்நிலை கட்டமைப்புக்கள் எவ்வாறு மாறியுள்ளன என்பதற்கான எடுத்துக்காட்டுகளைக் கொடுங்கள். எ.கா: சவுதி அரேபியாவில் சமீப காலம் வரை பெண்கள் வாகனம் ஓட்ட அனுமதிக்கப்படவில்லை. 1876 ஆம் ஆண்டு வரை இங்கிலாந்தில் பெண்கள் டாக்டர்களாக பட்டம் பெற அனுமதிக்கப்படவில்லை. இப்போதெல்லாம், பெண்கள் காற்சட்டை அணிவார்கள் மற்றும் பெரிய ஹோட்டல்களில் பெரும்பாலான சமையல்காரர்கள் ஆண்கள். (மேலே உள்ள பட்டியலில், தாய்ப்பால் மற்றும் சனிட்டரி நப்கின்கள் மட்டுமே பாலியலுடன் தொடர்புடையவை மற்றும் பெண்களுடன் சரியாக இணைக்கப்படலாம்).

2.5 பால்நிலை சமத்துவம் என்றால் என்ன?

ஒரு சமூகத்தில் உள்ள அனைத்து மக்களும் அவர்கள் ஆண்களாக இருந்தாலும் சரி, பெண்களாக இருந்தாலும் சரி அல்லது பிற பால் அடையாளங்களைக் கொண்டவர்களாக இருந்தாலும் சரி சமமாகவும் நியாயமாகவும் நடாத்தப்படும் போது பால்நிலை சமத்துவம் ஏற்படுகிறது.

- இதன் அர்த்தம் பெண்கள், ஆண்கள் மற்றும் பிற பால்நிலை அடையாளங்களைக் கொண்டவர்கள் ஒரே மாதிரியாக மாற வேண்டும் என்பதல்ல.

- இதன் அர்த்தம் அவர்களின் உரிமைகள், பொறுப்புகள் மற்றும் வாய்ப்புகள், அவர்கள் ஆணா, பெண்ணா, ஊடுபாலினம் அல்லது பரவலாக ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்ட பால்நிலை நிலைப்பாட்டில் பிறந்தார்களா என்பதைப் பொறுத்து இருக்காது என்பதாகும்.

- பால்நிலை சமத்துவம் என்பது அடிப்படை மனித உரிமையாகும்.

பால்நிலை சமத்துவம் இன்மையே பால்நிலைப் பாகுபாடு எனப்படும். அதாவது, வேலை, சுகாதாரம், கல்வி, அல்லது பிற வளங்கள் மற்றும் வாய்ப்புகள் போன்ற பல்வேறு விடயங்களை அணுகுவதில் மனிதர்களை சமமற்ற முறையில் அல்லது நியாயமற்ற முறையில் நடாத்துவது, அவர்கள் ஆண்களா அல்லது பெண்களா ஆணா அல்லது பெண்ணா அல்லது பிற பாலியல் நோக்குநிலை மற்றும் பால்நிலை அடையாளத்தை (SOGI) கொண்டவர்களா என்பதைப் பொறுத்ததாகும்.

- பால்நிலைப் பாகுபாடு என்பது பொதுவாக பால்நிலை பற்றிய முற்கற்பிதங்களின் (Stereotypes) விளைவாகும். அதாவது, ஒரு சமூகம்

பாரம்பரியமாக ஆண்கள், பெண்கள் அல்லது ஏனைய பாலியல் நோக்குநிலை மற்றும் பால்நிலை அடையாளங்களைக் (SOGI) கொண்ட நபர்கள் என்ன செய்ய வேண்டும் என்று எதிர்பார்ப்பது ஆகும்.

- வெவ்வேறு பண்பாடுகள் மற்றும் சமூகங்களைச் சேர்ந்த மக்கள் வித்தியாசமாகப் பாகுபாடுகளை அனுபவிக்கிறார்கள்.

- சில இடங்களில் பணிபுரியும் பெண்கள், பெரும்பாலும் குறைந்த ஊதியம் பெறும் வேலைகளில் பணியமர்த்தப்படுவதால் அவர்கள் பாகுபாடு காட்டப்படுகிறார்கள்.
- மற்ற இடங்களில் பெண்கள் வீட்டிலேயே தங்கி சிறுவர்களை கவனித்துக் கொள்ள வேண்டும் என்று எதிர்பார்க்கப்படுகிறது. அதனால் அவர்களால் வாழ்வதற்கான வேலை செய்ய முடியாமலே போகிறது.
- சில சந்தர்ப்பங்களில் குடும்பங்கள் மகள்களைக் காட்டிலும் மகன்களுக்கு முன்னுரிமை கொடுப்பதால் பெண்களால் கல்வியைத் தொடர முடியாமல் போகிறது.
- மற்றய சூழ்நிலைகளில், இளவயதுத்திருமணங்கள் பெண் சிறுவர்களைப் பாதிக்கின்றன. அத்தோடு குடும்பத்தின் “நற்பெயரைக்” காப்பாற்றுவதற்காக ஆண்கள் தங்கள் குடும்பங்களில் உள்ள பெண்கள் மீது கௌரவக் கொலைகள் செய்கின்றனர்.
- சில நாடுகளில் சட்டம் பெண்களின் வாழ்க்கையை கட்டுப்படுத்துகிறது, எ.கா. பெண்கள் தங்கள் ஆடையை தெரிவு செய்ய முடியாது, அல்லது கணவரின் கையொப்பம் இல்லாமல் வங்கிக் கணக்கைத் திறக்க முடியாது, அல்லது கணவரின் அனுமதியின்றி கடனுக்கு விண்ணப்பிக்க முடியாது.
- ஏனைய சமுதாயங்களில், பாலியல் மற்றும் இனப்பெருக்க சுகாதார உரிமைகளைச் (SRHR) சுற்றியுள்ள சமூகத் தடைகள் மற்றும் பொருளாதார சவால்கள் பெண்கள் மற்றும் சிறுமிகள் சுகாதார சேவைகள், தயாரிப்புகள் மற்றும் குடும்பக் கட்டுப்பாடு, கருத்தடை மற்றும் பாதுகாப்பான உடலுறவு பற்றிய தகவல்களை அணுகுவதைத் தடுக்கிறது. இது இளவயதுக்கர்ப்பம், மோசமான மாதவிடாய் சுகாதாரம் மற்றும் பெண்களின் மோசமான இனப்பெருக்க ஆரோக்கியம் ஆகியவற்றிற்கு வழிவகுக்கிறது. யாரைத் திருமணம் செய்வது? எத்தனை குழந்தைகளைப் பெறுவது?, எந்தெந்த சுகாதார சேவைகளை அணுகுவது? போன்றவற்றை அவர்களின் SRHR தொடர்பான தேர்வு சுதந்திரம் அவர்களிடமிருந்து பறிக்கப்படுகிறன. ஏனெனில் இந்த முடிவுகள் பெரும்பாலும் கணவர்கள், பெற்றோர்கள் மற்றும் மாமியார் உட்பட மற்றவர்களால் எடுக்கப்படுகின்றன.
- இதேபோல், சமமற்ற வாரிசுரிமைச் சட்டங்கள் மற்றும் பாதுகாப்பான சொத்து உரிமைகள் இல்லாமை என்பனவற்றால் பெண்களுக்கு அவர்களின் வீடுகளிலோ அல்லது அவர்களது சமூகத்திலோ பேரம் பேசும் சக்தி அதிகம் இல்லை. இதனால் பெண்கள் வன்முறைக்கு ஆளாகின்றனர்.

- பெண்களுக்கு எதிராக பாகுபாடு காட்டப்படும் போது, அவர்களால் அவர்களது உரிமைகள் அனைத்தையும் அனுபவிக்க முடியாது.
- அவர்கள் பெரும்பாலும் சமூக ரீதியாகவும் நிதி ரீதியாகவும் கணவன், மகன், மகள், பெற்றோர் போன்ற மற்றொரு நபரைச் சார்ந்திருக்க வேண்டும்.
- இவ்வாறு சார்ந்து இருப்பது பெண்களை மிகவும் பாதிப்படையச் செய்வதோடு பலவிதமான வன்முறைகளுக்கும் ஆளாக்குகிறது.
- பெண்களாகவும்: விசேட தேவையுடையவர்கள், ஏனைய பாலியல் நோக்குநிலை மற்றும் பால்நிலை அடையாளம் (SOGI)உடைய நபர்கள் மற்றும் ஏழைகள் போன்ற ஒன்று அல்லது அதற்கு மேற்பட்ட சமூகக் குழுக்களின் உறுப்பினர்களாகவும் இருக்கும் போது பெரும்பாலான பெண்கள் பல வகையான பாகுபாடுகளை எதிர்கொள்கின்றனர். இது குறுக்குவெட்டு என அறியப்படுகிறது. அதாவது ஒன்றுடன் ஒன்று அடையாளங்களை அடிப்படையாகக் கொண்ட பாகுபாடு ஆகும்.
- ஆனால், அனைத்துப் பெண்களுக்கும் அவர்களின் பால்நிலை நோக்குநிலை, இனம், பொருளாதார சூழ்நிலைகள் அல்லது குறைபாடுகள் ஆகியவற்றைப் பொருட்படுத்தாமல், சமூகத்தின் ஒவ்வொரு அம்சத்திலும் சமமான அடிப்படையில் பங்கேற்க, உரிமையும் அத்துடன் வாய்ப்பும் இருக்க வேண்டும் என்பதை நினைவில் கொள்வது அவசியமாகும்.

- இருப்பினும் பால்நிலைப் பாகுபாடு பெரும்பாலும் பெண்களைப் பாதிக்கும் ஒரு பிரச்சினையாக விவாதிக்கப்பட்டாலும், ஆண்களும் பால்நிலையின் அடிப்படையில் பாகுபாடு காட்டப்படலாம் என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள். எ.கா. பாட்டிமார்கள், செவிலியர்கள், பாலர் ஆசிரியர்கள் போன்ற வேலைகளில் ஆண்களை விட பெண்களை உள்வாங்குவதற்கு விரும்புதல்.

சில சமயங்களில் நீதியும் நியாயமும் பால்நிலை சமத்துவத்தை அடைய வேறுபட்ட சிகிச்சையைக் கோருகின்றன, இது பால்நிலை பற்றிய புரிந்துணர்வு என்று அழைக்கப்படுகிறது.

- நீண்ட காலமாக ஒரு சமூகத்தில் பெண்களுக்கு பாகுபாடு காட்டப்பட்டால் ஆண்களுக்கும் பெண்களுக்கும் வித்தியாசமான சிகிச்சை தேவைப்படலாம்.

- அந்தத் தவறைச் சரி செய்ய சில நடவடிக்கைகள் எடுக்கப்பட வேண்டும். அத்துடன் ஆண்களும் பெண்களும் சமமாக பங்கேற்பதற்கான களத்தை உருவாக்க வேண்டும்.

- இவை உறுதியான செயல் (Affirmative Action) எனப்படும். இது பாகுபாட்டை மாற்றியமைத்தல் எனப் பொருள்படும்.

- இது பால்நிலை சமத்துவத்திற்கு எதிராக பெண்களுக்கு முன்னுரிமை அளிக்கப்படுவதாக குற்றம் சாட்டப்படாமல், பெண்களின் முன்னேற்றத்திற்கான திட்டங்களை அறிமுகப்படுத்த அரசாங்கத்தையும் மற்றும் ஏனைய நிறுவனங்களையும் அனுமதிக்கிறது. எ.கா: உள்ளூராட்சி மன்றத்தேர்தலில் பெண் வேட்பாளர்களுக்கான ஒதுக்கீடுகளை அறிமுகப்படுத்துதல்இ அல்லது வணிகத்தில் ஈடுபடும் பெண்களுக்கு அதிக மானியங்களை வழங்குவதன் மூலம் அதிகமான பெண்கள் தங்கள் சொந்தத் தொழிலைத் தொடங்க ஊக்குவிப்பினை வழங்குதல்

செயற்பாடு 3 (பெரியவர்களுக்கானது): விடய ஆய்வு

அருணியும் அருணும் 16 வயது இரட்டையர்கள். அவர்களின் தந்தை ஒரு விவசாயி மற்றும் தாய் ஒரு இல்லத்தரசி. அவர்கள் கிராமப்புறப் பாடசாலையில் படித்தவர்கள். அவர்கள் இருவரும் க.பொ.த. சாதாரணதர தரப் பரீட்சையில் சித்தி பெற்றுள்ளனர் மற்றும் அருணி அருணை விட சிறந்த பெறுபேற்றினைப் பெற்றுள்ளார். இருவரும் க.பொ.த உயர்தரத்தில் விஞ்ஞான பாடப்பிரிவினை தெரிவு செய்ய விரும்புகிறார்கள். துரதிஸ்டவசமாக, அவர்கள் 15 கி.மீ. தொலைவிலிருக்கும் நகரத்தில் உள்ள ஒரு பாடசாலைக்குச் செல்ல வேண்டும். இது அதிக செலவு நிறைந்ததாகும். மேலும் அவர்களின் தந்தையின் சக்திக்கு அப்பாற்பட்டது. எனவே, கிராமத்திலிருக்கும் கோவிலில் உள்ள மதகுருவிடம் ஆலோசித்த பிறகு, அருண் அருகிலுள்ள நகரத்தில் உள்ள பாடசாலைக்குச் சென்று அறிவியல் பாடத்தில் படிப்பதற்கும், அருணி கிராமத்தில் உள்ள பாடசாலைக்குச் சென்று கலைப் படிப்பைத் தொடரவும் தந்தை முடிவு செய்கிறார். அது பற்றி அருணி தன் தந்தையிடம் பேச முற்பட்ட போது, மதகுரு, கலைப்பிரிவு பெண்ணுக்கு ஏற்றது என்று நினைத்ததாகவும், தனக்கு ஆதரவான ஒருவரை திருமணம் செய்து கொள்ளலாம் என்பதனாலும், அருணி கவலைப்பட தேவையில்லை என்று கூறியதாக தந்தை கூறினார்.

- பங்கேற்பாளர்களை 3-4 பேர் கொண்ட சிறு குழுக்களாகப் பிரிக்கவும். விடய ஆய்வுடன் கூடிய கையேடுகளை குழுக்களுக்கு விநியோகிக்கவும். காட்சியைப் படித்துப் புரிந்துகொள்ள அவர்களை அனுமதிக்கவும் (பங்கேற்பாளர்களால் படிக்க முடியாவிட்டால், அதை அவர்களுக்கு மெதுவாகப் படித்துக்காட்டவும். ஒவ்வொரு தகவலையும் அவர்கள் புரிந்து கொள்ள நேரத்தை அனுமதிக்கவும்).

    1 இந்தச் சூழ்நிலையில் பங்கேற்பாளர்களுடன் பால்நிலை சமத்துவம் தொடர்பான பிரச்சினைகளைப் பற்றி விவாதிக்கவும் (மகனுக்கு மகளை விட முன்னுரிமை அளிப்பது, தாய் பொருளாதார ரீதியாக தந்தையைச் சார்ந்திருப்பது, தாய் அல்லது அருணியிடம் கருத்து கேட்கப்படாதது, பால்நிலை நிலைப்பாடு - பெண்களின் எதிர்பார்ப்பு நிதி ரீதியாக ஆண்களைச் சார்ந்து இருக்க வேண்டும். பால்நிலையின் அடிப்படையில் கல்வித்

தேர்வுகளை மேற்கொள்வது, சமூக முற்கற்பிதங்கள் தொடர்வதில் கலாசாரம் / மதத்தின் பங்கு)

2 பங்கேற்பாளர்களிடம் அவர்களுடைய தனிப்பட்ட அல்லது தொழில் வாழ்க்கையில் இது-போன்ற பாரபட்சமான சம்பவங்களை அனுபவித்திருக்கிறீர்களா அல்லது பார்த்திருக்கிறீர்களா என்று கேளுங்கள்?

3 பெண்கள் ஏன் பாகுபாடு காட்டப்படுகிறார்கள் அத்துடன் அது அவர்களை தனி-ப்பட்ட முறையில், அவர்களது குடும்பத்தில் மற்றும் சமூகத்தில் பெரிதளவில் எவ்வாறு பாதிக்கிறது என்பதைப் பற்றி விவாதிக்கவும்.

செயற்பாடு 4 (சிறுவர்களுக்கு):

1 சிறுவர்களை ஜோடிகளாக பிரிக்கவும். ஒவ்வொரு ஜோடியும் ஒரு பையன் மற்றும் ஒரு சிறுமியைக் கொண்டிருக்க வேண்டும்.

2 ஒவ்வொரு சிறுவருக்கும் கழிவுக் காகிதத் தாள்களை (அல்லது பழைய செய்தித்தாள்) வழங்கவும்.

3 தாங்களாகவே காகிதத்தைக் கொண்டு காகிதப் படகுகளை உருவாக்கச் சொல்லுங்கள் (எப்படி செய்வதென்று தெரியவில்லை என்றால், செய்து காட்டவும்).

4 ஒவ்வொரு சிறுவரையும் காகிதப் படகுகளைத் தயாரித்து முடித்த பிறகு, அவர்களின் படை-ப்புகளை எளிதாகப் பரிசோதிப்பதற்காக வைக்கச் சொல்லுங்கள்.

5 அனைத்து ஆண் சிறுவர்களுக்கும் வெகுமதி அளிக்கவும் (எ.கா. ஒரு இனிப்பு) ஆனால் சி-றுமிகளுக்கு எதுவும் கொடுக்க வேண்டாம்.

6 சில நிமிடங்களுக்கு அவர்களின் எதிர்வினைகளை கவனிக்கவும்.

- வெகுமதி வழங்கப்பட்ட பிறகு அவர்கள் எவ்வாறு உணர்ந்தார்கள் என்பதைப்பற்றி குழுவுடன் கலந்துரையாடுங்கள்.
  - யாருக்கும் கிடைக்காத போது அவர்களுக்கு வெகுமதி கிடைத்தது நியாயமானதா என்று ஆண் சிறுவர்களிடம் கேளுங்கள். ஏன் நியாயம் அல்லது ஏன் நியாயம் இல்லை? (யாராவது அவர்களின் படகுகள் நன்றாக இருக்கும் என்பதால் ஆம் என்று சொன்னால், பெண்களுக்கு படகுகளை எப்படி தயாரிப்பது என்று ஒருபோதும் கற்பிக்கப்படாததால், அவர்களுக்கு படகுகளை உருவாக்கத் தெரியாது என்பதை வலியுறுத்துங்கள். இதை பால்நிலை வகிபாகத்துடன் இணைக்கவும்)
  - இரு தரப்பினரும் படகுகளைச் சமமாகச் சிறப்பாகச் செய்திருந்த போது ஆண் சிறுவர்களுக்கு மட்டுமே வெகுமதி அளிக்கப்படுவது நியாயமானது என்று அவர்கள் நினைக்கிறார்களா என்று பெண் சிறுவர்களிடம் கேளுங்கள்.

- அவர்களின் தனிப்பட்ட வாழ்க்கையில் இது போன்ற பாரபட்சமான சம்பவங்களை அவர்கள் அனுபவித்திருக்கிறார்களா அல்லது பார்த்திருக்கிறார்களா, ஏன் அப்படி நடக்கிறது என்று அவர்கள் நினைக்கிறார்கள்? என்று அனைவரையும் கேளுங்கள். பெண் சிறுவர்களை விட ஆண் சிறுவர்களே சிறந்தவர்கள் என்று நினைப்பதாலா?

- பால்நிலைப் பாகுபாடு தனிப்பட்ட முறையில் அவர்களை அவர்களது குடும்பங்களை மற்றும் சமூகத்தை எவ்வாறு பாதிக்கிறது என்பதைப் பற்றி கலந்துரையாடவும்.

2.6 பால்நிலை சமத்துவத்தை எவ்வாறு உறுதிப்படுத்துவது?

சர்வதேச மட்டத்தில் பால்நிலை சமத்துவத்தை ஊக்குவிக்கும் சில சர்வதேச மரபுகளில் இலங்கை ஒரு தரப்பினர் ஆகும். சமவாயம் அல்லது பொருத்தனை என்பது ஒரு குறிப்பிட்ட வழியில் நடந்துகொள்வதற்கான நாடுகளுக்கு இடையேயான ஒப்பந்தம் ஆகும். சமவாயத்தில் தரப்பினராக இருக்கும் நாடுகள் சட்ட பூர்வமாக சமவாயத்தை நடைமுறைக்குக் கொண்டுவர வேண்டும்.

பெண்களுக்கு எதிரான அனைத்து பாகுபாடுகளையும் ஒழிப்பதற்கான சமவாயம் (CEDAW)

- பாகுபாட்டை நீக்குவதன் மூலம் பெண்களின் உரிமைகளைப் பாதுகாக்க அரசாங்கங்களை வலியுறுத்துதல்
- சட்ட உத்தரவாதங்களுக்கு அப்பாற்பட்டு சமமான நடாத்துகைக்கான நோக்குதலும் மற்றும் பாகுபாட்டை முடிவுக்குக் கொண்டுவர உண்மையான நடவடிக்கை எடுக்க நாடுகளைக் கோரல்

சிவில் மற்றும் அரசியல் உரிமைகள் மீதான சர்வதேச உடன்படிக்கை (ICCPR)

- பால்நிலை அடிப்படையில் பாகுபாடு காட்டுவதை தடை செய்தல்
- ஆண்களும் பெண்களும் உடன்படிக்கையில் வழங்கப்பட்டுள்ள அனைத்து உரிமைகளையும் சமமாக அனுபவிப்பதை உறுதி செய்ய அரசுகளை வலியுறுத்துதல்

நிலையான அபிவிருத்திக்கான இலக்குகள் (SDG) இல. 05

- பெண்கள் மற்றும் இளம் பெண் பிள்ளைகளுக்கு எதிரான பாகுபாடுகள் மற்றும் வன்முறையை முடிவுக்கு கொண்டுவருதல் மற்றும் பால்நிலை சமத்துவத்தை அடைவதற்கு வழிவகுத்தல்.

இலங்கையில்:

இலங்கையின் அரசியலமைப்பு

உறுப்புரை 12 (2) – பால்நிலை அடிப்படையில் பாகுபாடு காட்டாமை

உறுப்புரை 12(4)- பெண்கள் மற்றும் குழந்தைகளின் முன்னேற்றத்திற்கான விசேட நடவடிக்கை

எவ்வாறாயினும், இலங்கையில் உள்ள சில பழைய சட்டங்கள் இன்னும் பெண்களுக்கு எதிராக பாகுபாடு காட்டும் ஏற்பாடுகளைக் கொண்டுள்ளன. பால்நிலை சமத்துவத்தை உறுதி செய்வதற்கான குறிப்பிட்ட நடவடிக்கைகள் இல்லாத பிற சட்டங்கள் உள்ளன. அவை பாகுபாடுகளுக்கு வழிவகுக்கின்றன. நடைமுறையிலும், எல்லா நேரத்திலும் பெண்களின் தனிப்பட்ட மற்றும் பொது வாழ்வில் பால்நிலைப் பாகுபாடு நடக்கிறது.

சமுதாயத்தில் பால்நிலை சமத்துவத்தை உறுதிப்படுத்த பல நடவடிக்கைகள் எடுக்கப்படலாம்:

- இளம் பிள்ளைகளிடமிருந்து தொடங்குங்கள். ஆண், பெண் இருவரையும் சமமாக நடாத்துங்கள். பெண்களை விட ஆண் சிறுவர்களுக்கு முன்னுரிமை கொடுக்க வேண்டாம். கல்வி மற்றும் பிற வாய்ப்புகளில் அவர்களுக்கு சமமான அணுகலை வழங்கவும்.
- மகன்கள் மற்றும் மகள்கள் இருவரையும் வீட்டு வேலைகளில் உதவச் சொல்லுங்கள், குறிப்பாக சமைப்பது மற்றும வீட்டைச் சுத்தம் செய்வது போன்றன இதில் அடங்கும். சிறுவர்களைச் சுற்றிப் பயன்படுத்தப்படும் மொழியைப் பற்றி எச்சரிக்கையாக இருங்கள். ஆண்களிடம் 'பெண்ணைப் போல் நடிக்காதே' அல்லது 'ஆணாக இரு' போன்ற விடயங்களைச் சொல்வதைத் தவிர்க்கவும். இந்த கூற்றுகள் சிறுவர்கள் எப்படி உணர வேண்டும் மற்றும் நடந்து கொள்ள வேண்டும் என்பது பற்றிய தப்பெண்ண செய்திகளை வலுப்படுத்துகின்றன.
- பெண்கள் மற்றும் இளம் பெண் பிள்ளைகள் தங்களின் கற்றலுக்கான பாடங்களை தேர்வு செய்வது, எந்த வேலைகளை செய்வது, அல்லது எப்போது திருமணம் செய்வது போன்ற வாழ்க்கைத் தேர்வுகளைச் செய்வதற்கான சுதந்திரத்தை வழங்குங்கள்.
- அறிவியல், தொழில்நுட்பம், பொறியியல் மற்றும் கணிதத்தில் (STEM) திறன்களை வளர்த்துக் கொள்ள பெண்களை ஆதரிப்பதற்கும் ஊக்குவிப்பதற்கும் வாய்ப்புகளைத் தேடுங்கள்.
- பால்நிலை சமத்துவம் குறித்து ஆண்களுக்குக் கற்பித்தல் மற்றும் அவர்களின் வீடுகளில் அல்லது பணியிடங்களில் பால்நிலை சமத்துவம் நடைமுறையில் உள்ளதா என்பது குறித்த வெளிப்படையான கலந்துரையாடலுக்கு அவர்களை அழைக்கவும்.
- பாலியல் துன்புறுத்தலை பொறுத்துக்கொள்ளாத தன்மை, சமமான ஊதியம் மற்றும் அதிக பெண்களை வேலைக்கு உள்வாங்குதல் போன்ற நடவடிக்கைகள் மூலம் பணியிடத்தில் பால்நிலை சமத்துவத்தை உறுதி செய்வது குறித்து சமூகத்தில் உள்ள தொழில் வழங்குநர்களுக்கு கல்வி வழங்குதல்.
- சமூகத்தில் பெண்களுக்கு ஊதியமில்லாத பராமரிப்பு பணிகள் வழங்குவதை குறைக்கவும், சிறுவர்கள் மற்றும் விசேட தேவையுள்ளோர் பராமரிப்பு வசதிகளான தினப்பராமரிப்பு மற்றும் சிறுவர் பராமரிப்பு வசதிகளை வழங்கவும், உள்ளூர் அரசாங்கங்களை வலியுறுத்துங்கள். இதன் மூலம் அவர்கள் வேலை தேடவும், தொழில் தொடங்கவும், பொருளாதார சுதந்திரத்தை அடையவும் சுதந்திரம் கிடைக்கும்.
- சமுதாய மற்றும் உள்ளூர் மட்டங்களில் பெண் தலைவர்களை அதிகரிக்கவும். முடிவெடுக்கும் நிலைகளில் அதிகமான பெண்கள் பங்கேற்கின்றமையானதுஇ பால்நிலை சமத்துவத்தை அடைவதற்கான பாரபட்சமான

சட்டங்கள் மற்றும் நடைமுறைகள் மறுபரிசீலனை செய்யப்படுவதையும், திருத்தப்படுவதையும் அல்லது ரத்து செய்வதையும் உறுதி செய்வார்கள்.

- பால்நிலை சமத்துவமின்மை தொடர்பான நிகழ்வுகள் பற்றி உறுப்பினர்கள் தங்கள் அன்றாட வாழ்க்கையில் கண்டவற்றை அல்லது அனுபவத்தை விவாதிக்க சுய உதவிக் குழுக்களைப் (SHG) பயன்படுத்தவும். (Brainstorm) சிந்தனை அடிப்படையிலான தீர்வுகள் அல்லது தலையீடுகள்.

செயற்பாடு 5 (பெரியவர்கள் மற்றும் சிறுவர்களுக்கானது):

பின்வரும் சந்தர்ப்பங்களை குழுவிடம் முன்வைத்து, அச் சூழ்நிலைகளில் பால்நிலை சமத்துவத்தை உறுதிப்படுத்த என்ன நடவடிக்கைகள் எடுக்கப்படலாம் என்பதை அடையாளம் காணும்படி அவர்களிடம் கேளுங்கள்:

இரண்டு பிள்ளைகளின் தாய் முழுநேர வேலை செய்கிறார். அவள் தினமும் மாலையில் குடும்பத்திற்கு இரவு உணவு சமைக்க வேண்டும். அத்துடன் குழந்தைகளை கண்காணிக்க வேண்டும். பின்னர் அவள் அடுத்த நாளுக்கான உணவைத் தயாரித்து, தூங்குவதற்கு முன் வீட்டை சுத்தம் செய்கிறாள். அவரது கணவரும் முழுநேர வேலை செய்கிறார். (இந்த சூழ்நிலையில் பால்நிலை சமத்துவம் என்பது வீட்டு வேலைகளை வீட்டில் உள்ள அனைவருக்கும் சமமாக பிரிப்பதாகும், இதனால் வீட்டை கவனித்துக்கொள்ளும் பொறுப்பு தாய்க்கு மட்டும் உரியதல்ல. சராசரியாக உலகிலுள்ள பெண்கள் உலகில் உள்ள ஆண்களை விட மூன்று மடங்கு அதிக ஊதியம் இல்லாத வேலைகளைச் செய்கிறார்கள். பெரும்பாலான சந்தர்ப்பங்களில் முழு அல்லது பகுதி நேர வேலைகளுக்கிடையே அதனை செய்கிறார்கள்).

ஒரு பெண்ணுக்கு நல்ல வேலை வாய்ப்பு கிடைத்தாலும் இரவு நேர வேலை (Night Shift) செய்ய வேண்டும் (போக்குவரத்து வழங்குதல், தெருவிளக்குகள் போடுதல் போன்றவை வேலை வாய்ப்பில் இருந்து பயனடைய பெண்ணுக்கு சமமான வாய்ப்பை வழங்கும்).

பாடசாலையில் கச்சேரியொன்று நடாத்த திட்டமிடப்பட்டது. ஆண் சிறுவர்கள் கச்சேரியை ஒழுங்கமைக்கவும் மேசைகள் மற்றும் நாற்காலிகளை நகர்த்தவும் உதவுமாறு கேட்டுக் கொள்ளப்படுகிறார்கள், அதே சமயம் பெண் சிறுவர்கள் பாடசாலையை சுத்தம் செய்யவும், நடனம் மற்றும் பாடல் நிகழ்ச்சிகளில் பங்கேற்கவும் கேட்கப்படுகிறார்கள். (தீர்மானமெடுப்பதில் பெண் சிறுவர்கள் பங்கேற்க சம வாய்ப்பு வழங்கப்பட வேண்டும் அத்தோடு ஆண் சிறுவர்கள் துப்பரவு செய்தல் போன்ற செயல்களில் ஈடுபட வழிப்படுத்தப்பட வேண்டும்)

ஒரு பெண் மகப்பேறு காரணமாக வேலையில் இருந்து விடுப்பு எடுக்கிறாள். அவள் பணியிடத்திற்குத் திரும்பிய பிறகு, சுவாரஸ்யமான மற்றும் பயிற்சி வாய்ப்புகளுக்காக அவளது தொழில்வழங்குநர்கள் தன்னைக் கண்டுகொள்ளாமல் இருப்பதை அவள் கவனித்தாள். அவளது சகாக்களில் சிலர் (ஆண் மற்றும் பெண் இருவரும்) அவள் இன்னொரு குழந்தையைப் பெறத் திட்டமிடுகிறாயா என்றும் அப்படியானால், எவ்வளவு சீக்கிரம் என்று கேட்டனர். தங்கள் பிள்ளைகள்

ஊருக்கு வெளியே வேலைக்குச் செல்வதைத் தடுப்பார்களா? என்று ஒரு தொழிலைப் பெறுவதற்கான வாய்ப்பைக் கொண்டவரிடம் ஆட்சேர்ப்பு முகாமையாளர் கேட்பதை அவள் கேட்டாள். (இந்தச் சூழ்நிலையில் பால்நிலை சமத்துவம் என்பது குடும்பத்தைக் கவனித்துக்கொள்ளுவதற்காக நேரத்தை ஒதுக்குதல் என்பதற்கு மாறாக பெண்களை அதே வாய்ப்புக்கள் மற்றும் ஊதிய உயர்வுகளுக்காகக் கருத்துவதாகும். பாரபட்சமான மற்றும் மனம் நோகும்படியான கூற்றுகள் தொடர்பில் பொறுத்துக்கொள்ளாத தன்மை)

"பெண்கள், அவர்களுக்கான சிறந்த உள்ளூராட்சி சேவைகளைப் பெறுவதற்காக கூட்டாக பங்களிப்பதுடன், உள்ளூர் அரசாங்க பிரதிநிதிகளுடன் பேச்சுவார்த்தை செய்யலாம். அதன் மூலம் அவர்களின் உரிமைகளுக்காக குரல் கொடுக்க அவர்களுக்கு அதிகாரம் அளிக்கிறது. இது பெண்களின் அரசியல் அதிகாரத்திற்கும் உதவும்"

பங்கேற்பாளர்
பகிர்வு அமர்வு: பால்நிலை சமத்துவம், பெண்கள் மற்றும் குழந்தைகளின் உரிமைகள் குறித்த பயிற்சித்தொகுதி

"அனைத்து குழந்தைகளையும் சுரண்டுவது முடிவுக்கு வரும் வரை மற்றும் அனைத்து குழந்தைகளுக்கும் அவர்களின் உரிமைகள் கிடைக்கும் வரை நான் கைவிடமாட்டேன்"

கிரேக் கீல்பர்கர்
கனேடிய மனித உரிமை ஆர்வலர் மற்றும் சமூக செயற்பாட்டாளர்

"பெண்களின் மனித உரிமைகள், பால்நிலை சமத்துவம், சமூக பொருளாதார மேம்பாடு மற்றும் அமைதி ஆகியவற்றுக்கு இடையேயான தொடர்பு அதிகரித்த முறையில் வெளிப்படுகிறது"

மஹ்னாஸ் அஃப்காமி
ஈரானிய-அமெரிக்க மனித உரிமை ஆர்வலர்

03

பெண்களின் உரிமைகள்

3.1 அறிமுகம்

பெண்கள் உரிமைகள் மனித உரிமைகளாகும். ஆண்கள் உரிமைகளை அனுபவிப்பது போலவே பெண்களும் உரிமைகளை அனுவிப்பது முக்கியமாகும். இங்கு சில உதாரணங்களைக் கவனிப்போம்.

- தங்களுக்காக தீர்மானங்களை எடுக்கும் உரிமை
- கல்விக்கான உரிமை
- நியாயமற்ற முறையில் நடாத்தப்படாமைக்கான உரிமை
- சமமான ஊதியத்தை பெறுவதற்கான உரிமை
- நடமாடுவதற்கான சுதந்திரம்
- வாக்களிப்பதற்கும் அரசியல் வாழ்க்கையில் பங்கெடுப்பதற்குமான உரிமை
- ஆரோக்கியத்திற்கான உரிமை
- சொத்துக்களை வைத்திருப்பதற்கான உரிமை

எவ்வாறாயினும் உலகிலுள்ள பெரும்பாலான பெண்களுக்கு அவர்கள் பெண்கள் என்பதன் காரணத்தினால் இந்த உரிமைகள் மறுக்கப்பட்டுள்ளதுடன் பாரபட்சங்களையும் அனுபவித்து வருகின்றனர். பால்நிலை சமத்துவமின்மை பல உரிமை மீறல்களுக்கு வழிவகுக்கிறது.

- பாலியல் மற்றும் பால்நிலை அடிப்படையிலான வன்முறை (SGBV)
- சமமற்ற ஊதியம்

சுகாதார சேவைகளை அணுகுவதில் உள்ள தடைகள்

கல்வியை அணுகுவதற்கான தடைகள்

தங்களுக்கான தீர்மானங்களை எடுக்க முடியாமல் இருக்கின்றமை

குறைவான தொழில் வாய்ப்புகள்

இவ் அத்தியாயத்தில் பெண்களின் உரிமைகள் தொடர்பான சில குறிப்பிடத்தக்க மீறல்களை அடையளப்படுத்துவதுடன் அவர்களின் உரிமை மீறப்படும் போது பெண்கள் எவ்வாறு பாதுகாக்கப்படலாம் என்பன பற்றியும் கலந்துரையாடப்படும்.

3.2 பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறையைப் பற்றி (VAW) விளங்கிக்கொள்ளல்

வன்முறையில் இருந்து பாதுகாப்பு பெறுதல் பற்றிய கலந்துரையாடலுக்கு முன், பாலியல் மற்றும் பால்நிலை அடிப்படையிலான வன்முறை (SGBV) மற்றும் பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறை(VAW) பற்றிய எண்ணக்கருத்துகளைப் புரிந்துகொள்வது அவசியமாகும்.

பாலியல் மற்றும் பால்நிலை அடிப்படையிலான வன்முறை (SGBV) என்பது ஒரு நபரின் விருப்பத்திற்கு எதிராக மற்றும் அவர்களின் உயிரியல் பால், பால்நிலை நியமங்கள் (ஆண் அல்லது பெண் என்றால் என்ன என்பதன் சமூக வியாக்கியானங்கள்) மற்றும் சமத்துவமற்ற அதிகார உறவுகளின் அடிப்படையில் ஒரு நபருக்கு தீங்கு விளைவிக்கும் செயல்கள் ஆகும். எ.கா: கணவன் குடும்பத்தில் தனிக் கூலியாக இருக்கும் போது மனைவியுடன் கணவன், சேவைக்காக வரும் மக்களிடம் அரச அதிகாரிகள், மாணவர்கள் மீது ஆசிரியர்கள்.

பாலியல் மற்றும் பால்நிலை அடிப்படையிலான வன்முறை (SGBV) என்பது பால் அல்லது பால்நிலையின் நிமித்தம் ஒரு நபரின் விருப்பத்திற்கு மாறாக செய்யப்படும் பாதிப்பை ஏற்படுத்தும் அனைத்துமாகும்.

பாலியல் மற்றும் பால்நிலை அடிப்படையிலான வன்முறையின் (SGBV) வகைகள்

- உடலியல் சார் வன்முறை
- உணர்ச்சி மற்றும் உள ரீதியான வன்முறை
- பாலியல் ரீதியான வன்முறை,
- வளங்கள் மற்றும் சேவைகள் மறுக்கப்படல் (சமூக மற்றும் பொருளாதார ரீதியான வன்முறை)

எல்லா மக்களும், தனிப்பட்ட மற்றும் பொது வாழ்க்கையில் பாலியல் மற்றும் பால்நிலை அடிப்படையிலான வன்முறை (SGBV) சார்ந்த பாதிப்பை அனுபவித்திருக்கிறார்கள். எனினும் பெண்கள் இதில் அதிகபடியாக பாதிக்கப்படுகின்றனர்

உலகிலுள்ள ஒவ்வொரு மூன்று பெண்களில் ஒருவரை பாலியல் மற்றும் பால்நிலை அடிப்படையிலான வன்முறை (SGBV) பாதிக்கிறது, எனவும் அதே நேரத்தில் ஒவ்வொரு முப்பத்து மூன்று ஆண்களில் ஒருவர் பாலியல் மற்றும் பால்நிலை அடிப்படையிலான வன்முறை (SGBV) நோயால் பாதிக்கப்படுவதாகவும் தெரிவிக்கப்பட்டுள்ளது.

பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறை (VAW) என்பது பாலியல் மற்றும் பால்நிலை அடிப்படையிலான வன்முறை (SGBV)யின் செயல் ஆகும். பெண்கள் மற்றும்/அல்லது மகளிருக்கு உடல் ரீதியான, பாலியல் ரீதியான அல்லது உளவியல் ரீதியான தீங்கு அல்லது துன்பத்தை விளைவிக்கும் எந்தவொரு செயலும் பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறை (VAW) இன் செயலாகும்.

பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறை (VAW) என்பது ஒரு குடைச் சொல்லாகும். இதில் பின்வருவன உள்ளடங்கும்.

வீட்டைச்சார்ந்த அல்லது நெருக்கமான துணையரின் வன்முறைகள் எ.கா - உடல் ரீதியான வன்முறை, பாலியல் ரீதியான வன்முறை, பொருளாதார ரீதியான துஸ்பிரயோகம், உளவியல் பாதிப்பு, அச்சுறுத்தல்கள் மற்றும் தற்போதைய அல்லது முன்னாள் துணையர் அல்லது மனைவியின் நடத்தையைக் கட்டுப்படுத்தும் பிற வடிவங்கள்)

(மற்றவர்களினால் பாலியல் வன்முறைக்கு உட்படுத்தப்படல்)

(பாலியல் ரீதியான துன்புறுத்தல்)

(தீங்கு விளைவிக்கும் பாரம்பரிய நடைமுறைகள் எ.கா. "கௌரவக் கொலைகள்", பெண் பிறப்புறுப்பைச் சிதைத்தல் (FGM), இளவயது மற்றும் கட்டாயத் திருமணம்)

(பெண்களைக் கடத்துதல் (Women Trafficking) போன்ற சுரண்டல்கள்

(தொழில்நுட்பம் மற்றும் சமூக ஊடகங்கள் ஊடாக நடைபெறும் வன்முறைகள்)

பாலியல் மற்றும் பால்நிலை அடிப்படையிலான வன்முறையானது (SGBV) பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறைகள் (VAW) உட்பட ஒன்று அல்லது ஒன்றிற்கு மேற்பட்ட காரணங்களால் நிகழ்கிறது:

- தீங்கு விளைவிக்கும் பால்நிலை ரீதியான முற்கற்பிதங்கள்
- வறுமை மற்றும் பிற பொருளாதார சவால்கள்
- குறைவான சட்டப் பாதுகாப்பு
- மோதல்கள் மற்றும் இடப்பெயர்வுகள்
- முடிவெடுக்கும் நிலைகளில் பெண்களின் வகிபாகம் போதுமானதாக இன்மை.

சமுதாயங்களும் சமூகங்களும் அமைதியாக இருப்பதாலோ அல்லது வன்முறை நடப்பதை மறுப்பதாலோ இந்த தீங்கு விளைவிக்கும் செயல்கள் தொடர்கின்றன. பெண்களும் சிறுமிகளும் பொதுவாக அதைத் தாங்குவார்கள் என்று எதிர்பார்க்கப்படுகிறது. இருப்பினும், வன்முறையானது பெண்கள் மற்றும் பெண் சிறுவர்களின் சுயமரியாதை, நம்பிக்கை, படைப்பாற்றல் மற்றும் சுதந்திரத்தை எதிர்மறையாக பாதிக்கிறது. பாலியல் மற்றும் பால்நிலை அடிப்படையிலான வன்முறை (SGBV) மற்றும் பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறை (VAW) ஆகியவை உலகளாவியரீதியில் ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்ட பின்வரும் மனித உரிமைகளையும் மீறுகின்றன:

- சமத்துவம் மற்றும் பாகுபாடு காட்டப்படாமைக்கான உரிமை
- சித்திரவதை மற்றும் கொடூரமான, மனிதாபிமானமற்ற அல்லது இழிவான நடத்தையிலிருந்து சுதந்திரம் பெறுவதற்கான உரிமை
- நபரின் சுதந்திரம் மற்றும் பாதுகாப்புக்கான உரிமை
- இரகசியத்தைப் பேணுவதற்கான உரிமை
- உயிர்வாழ்வதற்கான உரிமை
- நடமாடுவதற்கான சுதந்திரம்
- அடிமைத்தனம் மற்றும் கட்டாய உழைப்பில் இருந்து சுதந்திரம்
- ஆரோக்கியத்திற்கான உரிமை
- சொத்துரிமை
- நீதிக்கான உரிமை மற்றும் சட்டப்பூர்வ தீர்வுகளுக்கான அணுகல்

இந்த உரிமைகள் சர்வதேச ஒப்பந்தங்கள் மற்றும் ஆவணங்களில் அங்கீகரிக்கப்பட்டுள்ளன:

- சர்வதேச சிவில் மற்றும் அரசியல் உரிமைகள் சமவாயம் (ICCPR)
- பெண்களுக்கு எதிரான அனைத்து வகையான பாகுபாடுகளையும் ஒழிப்பதற்கான சமவாயம். (CEDAW)

- பொருளாதார, சமூக மற்றும் கலாச்சார உரிமைகளுக்கான சர்வதேச சமவாயம் (ICESCR)
- சித்திரவதை மற்றும் பிற கொடூரமான, மனிதாபிமானமற்ற அல்லது இழிவான நடாத்துகைக்கு அல்லது தண்டனைக்கு எதிரான சமவாயம் (CAT), மற்றும்
- 1993 ஆம் ஆண்டின் பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறையை ஒழிப்பதற்கான ஐக்கிய நாடுக-ளின் பிரகடனம்.

இந்த உடன்படிக்கைகளில் பங்கு வகிக்கும் அரசுகள் தங்கள் நாடுகளில் பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறையை (VAW) நிறுத்துவதற்கான நடவடிக்கைகளை எடுக்க கடமைப்பட்டுள்ளனர். பொருளாதார, சமூக மற்றும் கலாச்சார உரிமைகளுக்கான சர்வதேச சம-வாயம் (ICESCR) தவிர அனைத்து முக்கிய சர்வதேச மனித உரிமைகள் ஒப்பந்தங்களையும் இலங்கை அங்கீகரித்துள்ளது.

3.3 குடும்ப வன்முறை

3.3.1 அறிமுகம்

குடும்ப வன்முறை என்பது பரவலான பாலியல் மற்றும் பால்நிலை அடிப்படையிலான வன்முறையின் (SGBV) ஒரு வடிவமாகும். இது நெருக்கமான துணையரின் வன்முறை என்றும் அழைக்கப்படுகிறது. இது சர்வதேச மற்றும் உள்நாட்டு சட்டங்களால் உத்தரவாதம் அளிக்கப்பட்ட தப்பிப்பிழைத்தவர்களின் மனித உரிமைகளை மீறுகிறது. குடும்ப வன்முறை என்றால் என்ன?, குடும்ப வன்முறையை அடையாளம் கண்டு பதிலளிப்பது ஏன் முக்கியம்? குடும்ப வன்முறையை எவ்வாறு தடுக்கலாம்? மற்றும் குடும்ப வன்முறையில் இருந்து தப்பியவர்கள் எவ்வாறு பாதுகாக்கப்பட வேண்டும் என்பவற்றை இந்தப் பிரிவு அறிமுகப்படுத்தும்.

3.3.2 குறிக்கோள்கள்

பங்கேற்பாளர்களுக்கு:

- குடும்ப வன்முறை என்றால் என்ன மற்றும் குடும்ப வன்முறை எவ்வாறு வெளிப்படுகிறது என்பதைத் தெளிவாகப் புரிந்து கொள்ளுதல்.
- குடும்ப வன்முறை தொடர்பான சம்பவங்கள் மற்றும் அதைத் தடுக்க அவர்கள் எடுக்கக்கூடிய நடவடிக்கைகளை அடையாளம் காணுதல்.

3.3.3 ஏன் இந்த விடயத்தில் கவனம் செலுத்த வேண்டும்?

- குடும்ப வன்முறை என்பது அடிப்படை மனித உரிமைகளை மீறுவதாகும்.
- இது பாலியல் நோக்குநிலை மற்றும் பால்நிலை அடையாளம் (SOGI), மதம், இனம், கல்வி மட்டம் அல்லது சமூக-பொருளாதாரப் பின்னணியில் உள்ள எல்லா வயதினருக்கும் நிகழலாம்.
- இது சிறுவர்களுக்குக் கூட நிகழலாம்.
- ஆண்களும் குடும்ப வன்முறையால் பாதிக்-கப்படுபவர்களாக இருந்தாலும், அது பெண்களை அதிகம் பாதிக்கிறது.
- இது மிகவும் பொதுவானது, பெரும்பாலும் ஆரம்ப அறிகுறிகள் புறக்கணிக்கப்படுகின்றன அல்லது அவை தொடர்ச்சியாக மற்றும் தீவிரமாக அதிகரிக்கும் வரை கண்டறியப்படுவதில்லை.
- குடும்ப வன்முறை துஸ்பிரயோகத்திற்கு ஆளானவர்களை மட்டுமல்ல, அவர்களது குடும்ப உறுப்பினர்களை, உறவினர்களை, நண்பர்களை, உடன் பணிபுரிபவர்கள் மற்றும் சமூகத்தையும் பாதிக்கிறது.
- இது இலங்கையில்இ பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறையின் (VAW) மிகவும் பரவலான வடிவங்களில் ஒன்றாகும்.

(இலங்கையில் பெண்கள் அனுபவிக்கும் , பிறரிடமிருந்து ஏற்படும் வன்முறையுடன் (7.2%) ஒப்பிடும் போது தங்கள் துணையிடமிருந்து உடல் ரீதியான வன்முறையை (17.2%) அனுப-விக்கும் வாய்ப்புக்கள் கணிசமாக அதிகளவில் காணப்படுகிறது.)

(அவர்கள், ஏனையவர்களிடமிருந்து ஏற்படும் பாலியல் ரீதியான வன்முறைகளை (4.1%) அனுபவிப்பதை விட தங்கள் துணையிடம் இருந்து பாலியல் ரீதியான வன்முறைகளை (6.2%) அதிகளவாக அனுபவிக்-கிறார்கள்)

இலங்கையின் தொகைமதிப்பீடு மற்றும் புள்ளிவிபரவியல் திணைக்களத்தினால் பெண்களின் நல்வாழ்வு தொடர்பாக நடாத்தப்பட்ட கணக்கெடுப்பு-2019

- எனவே குடும்ப வன்முறை என்றால் என்ன, அதை எப்படித் தடுக்கலாம் என்பதைப் புரிந்து கொள்வது முக்கியமானதாகும். ஏனெனில் ஒவ்வொருவரும் பாதுகாக்கப்படவும், மதிக்கப்படவும், மதிப்பளிக்கப்படவும் தகுதியானவர்கள் ஆவார்.

3.3.4 குடும்ப வன்முறை என்றால் என்ன?

- குடும்ப வன்முறை என்பது உறவிலுள்ள ஒரு துணை தனது மற்றைய துணையைக் கட்டுப்படுத்த மேற்கொள்ளும் தீங்கு விளைவிக்கும் செயல்கள் ஆகும்.

- இது உடல் ரீதியான, பாலியல் ரீதியான, உணர்ச்சி ரீதியான, பொருளாதார ரீதியான, உளவியல் ரீதியான அல்லது தொழில்நுட்ப ரீதியான நடவடிக்கைகள் அல்லது உறவில் உள்ள மற்ற துணையைப் பாதிக்கும் அச்சுறுத்தலான செயல்கள் என்பனவாக இருக்க முடியும்.

- குடும்பத்தில் உள்ள துணையை அல்லது மற்றொரு நபரை மிரட்டுதல், கையாளுதல், அவமானப்படுத்துதல், தனிமைப்படுத்துதல், பயமுறுத்துதல், திகிலடையச்செய்தல்இ குற்றஞ்சாட்டல், வற்புறுத்தல், அச்சுறுத்தல், பழிகூறுதல், தாக்குதல் அல்லது காயப்படுத்துதல் போன்ற நடத்தைகள் இதில் உள்ளடங்கும்.

- **உடல் ரீதியான துஸ்பிரயோகம்** - அடித்தல், உதைத்தல், தள்ளுதல், எரித்தல், மூச்சுத் திணற வைத்தல், கடித்தல், முடியை இழுத்தல், பொருட்களை எறிதல், அவர்கள் மருத்துவ சிகிச்சை பெறுவதை மறுத்தல், விஷம் அருந்த வைத்தல், மது மற்றும்/அல்லது போதைப்பொருள் பயன்பாட்டிற்கு வற்புறுத்துதல்.

- **பாலியல் ரீதியான துஸ்பிரயோகம்**- சம்மதம் இல்லாமல் எந்தவொரு பாலியல் செயலையும் செய்வதற்கு கட்டாயப்படுத்துதல் அல்லது கட்டாயப்படுத்த முயற்சித்தல் (செயற்பாடு 6 ஐப் பார்க்கவும்). பாலியல் ரீதியான துஸ்பிரயோகம் என்பது, உடலிலுள்ள பாலியல் பாகங்கள் மீதான தாக்குதல்கள், உடல் ரீதியான துஸ்பிரயோகத்திற்குப் பிறகு உடலுறவுக்கு கட்டாயப்படுத்துதல் அல்லது ஒருவரை பாலியல் ரீதியாக இழிவுபடுத்தும் விதத்தில் நடாத்துதல் ஆகியவை இதில் உள்ளடங்கும்.

- **உணர்ச்சி ரீதியான துஸ்பிரயோகம்**- தொடர்ந்து விமர்சித்தல், அவர்களின் திறன்களை குறைத்து மதிப்பிடுதல், பட்டப்பெயர் சொல்லி அழைத்தல் அல்லது அவர்களின் குழந்தைகளுடன் அவர்களுக்கு இருக்கும் உறவை முறித்தல் என்பன உள்ளடங்கலாக ஒரு நபரின் சுதந்திரம், சுய மதிப்பு மற்றும்/ அல்லது சுயமரியாதையை சிறுமைப்படுத்துதல்.

- **பொருளாதார ரீதியான துஸ்பிரயோகம்** - பண ரீதியான எந்தவொரு அணுகலையும் அவர்களுக்கு அனுமதிக்காமல், ஒரு நபரை நிதி சார்ந்திருக்கச் செய்வதை உள்ளடக்குகிறது. பாடசாலை அல்லது வேலைக்குச் செல்வதைத் தடை செய்தல், சொத்து ஆவணங்களை பறிமுதல் செய்தல் அல்லது திருடுதல் மூலம் சொத்துக்களை சொந்தமாக வைத்திருப்பதிலிருந்து அல்லது கையாள்வதிலிருந்து அவர்களைத் தடுப்பது போன்றவற்றை உள்ளடக்குகிறது.

- **உளவியல் ரீதியான துஸ்பிரயோகம்** - மிரட்டுதல் மூலம் பயத்தை ஏற்படுத்துதல் தங்களுக்கு, துணையருக்கு அல்லது குழந்தைகளுக்கு உடல் ரீதியான தீங்கு விளைவிக்கும் அச்சுறுத்தல்கள் செல்லப்பிராணிகள் மற்றும் சொத்துக்களை சேதப்படுத்துதல் அல்லது ஒரு நபரை அவரின் நண்பர்கள், குடும்பத்தினர், பாடசாலை மற்றும்/அல்லது வேலையிலிருந்து தனிமைப்படுத்துதல்.

- **தொழில்நுட்ப ரீதியான துஸ்பிரயோகம்** - இணைய சாதனங்கள், சமூக ஊடகங்கள், கணினிகள், கையடக்க சாதனங்கள், புகைப்படக் கருவிகள், இருப்பிட கண்காணிப்புச் சாதனங்கள் போன்றவை உட்பட எந்தவொரு தொழில்நுட்பத்தைப் பயன்படுத்தியும் செய்யப்படும் தீங்கு விளைவிக்கும் செயல்களை உள்ளடக்கியது ஆகும். எ.கா: துணையின் நிர்வாண அல்லது வெளிப்படையான படங்கள் அல்லது வீடியோக்களை அவரின் சம்மதமின்றி எடுப்பது மற்றும்.᾽.அல்லது விநியோகித்தல் மின்னஞ்சல் அல்லது தொலைபேசி மூலம் அச்சுறுத்தும் செய்திகளை அனுப்புதல் இணையத்தில் துணையைப் பின்தொடர்தல் மற்றும் மின்னணு சாதனங்கள் மூலம் துணையைக் கண்காணித்தல்

- குடும்ப வன்முறை, மற்றைய நபரின் மீதான கட்டுப்பாட்டைப் பெறவும் மற்றும் கட்டுப்பாட்டைத் தொடரவும் பயன்படுத்தப்படுகிறது என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள்.

- உடல் மற்றும் பாலியல் ரீதியான வன்முறை பெரும்பாலும் வீட்டு வன்முறையுடன் தொடர்புடையதாக இருந்தாலும், உணர்ச்சி அல்லது உளவியல் ரீதியான துஸ்பிரயோகத்தைப் புறக்கணிக்க முடியாது.
- உணர்ச்சி ரீதியான துஸ்பிரயோகம் சுய மதிப்பை அழிக்கிறது, உயிர் பிழைத்தவர்களை தனிமைப்படுத்துகிறது மற்றும் மனச்சோர்வு மற்றும் பதட்டம் போன்ற மனநலப் பிரச்சினைகளை விளைவிக்கிறது.
- குடும்ப வன்முறையானது பெரும்பாலும் அச்சுறுத்தல்கள் மற்றும் வாய்மொழி தாக்குதல்களில் இருந்து உடல் ரீதியான வன்முறையாக அதிகரிக்கிறது. இது கடுமையான காயம் அல்லது மரணத்தைக் கூட ஏற்படுத்தலாம்.

செயற்பாடு 6 (பெரியவர்களுக்கானது): தொடுகையின் மூலம் வித்தியாசத்தை உணருதல் (பாலியல் ரீதியான வன்முறை விடயத்தில் தொடுகை என்ற கருத்து தொடர்பான செயல் விளக்கமளித்தல்)

1 பங்கேற்பாளர்களில் ஒருவரிடம் அமர்வின் போது நெறிப்படுத்துனர்/பயிற்சியளிப்பாளர், அவளது கையைத் தொட முடியுமா என்று கேளுங்கள்.

2 அவள் ஆம் என்று சொன்ன பிறகு, அந்த பங்கேற்பாளரின் கையைத் தொடவும்.

3 பிறகு ஏனைய வழிகளில் அவளது கையைத் தொடவும்: பிடுங்குதல், அடித்தல், கிள்ளுதல், அழுத்துதல், இழுத்தல் போன்றவை.

4 பங்கேற்பாளரின் கையானது விபரிப்பதற்கு பயன்படுத்தப்படுவதைக் கவனித்துக்கொண்டிருக்கும் அதே வேளையில், அமர்வின் போது கவனிக்கப்பட வேண்டிய விடயங்கள் பற்றி தொடர்ந்து கலந்துரையாடவும்.

5 அமர்வின் போது ஒரு சமயத்தில் அவள் மிகவும் அசௌகரியமாகிவிடுவாள், மேலும் உதவியாளரிடமிருந்து விலகிச் செல்ல முயற்சிப்பாள்.

6 பங்கேற்பாளர் இதைச் செய்யும்போது, என்ன பிரச்சினை என்று அவளிடம் கேட்கவும்-அவளிடமும் மற்ற பங்கேற்பாளர்களிடமும் அவள் கையைத் தொடுவதற்கு ஒப்புக்கொண்டதாகச் சொல்லுங்கள்.

6 அவர்களின் பதில்களைக் கேளுங்கள். சம்மதத்தின் முக்கிய கூறுகளில் ஒன்றைப் பற்றி விவாதிக்க இந்த வாய்ப்பைப் பயன்படுத்தவும் - அதாவது, இரு தரப்பினரும் ஒரே விடயத்தை ஒப்புக் கொள்ள வேண்டும். பதிவு செய்தல் அல்லது நெருக்கமான புகைப்படங்களை எடுப்பது உட்பட பாலியல் செயற்பாடுகள் தொடர்பாக, வார்த்தைகள் அல்லது நடத்தை மூலம் உறுதியான முறையில் ஒப்புதல் செய்யப்படல் வேண்டும். மௌனமாகவோ செயலற்றதாகவோ இருப்பது எந்தச் சூழ்நிலையிலும் சம்மதத்தைக் குறிக்காது. இப்போது ஒப்புக்கொள்வது என்பது நாளை அல்லது எதிர்காலத்தில் எந்த நேரத்திலும் செல்லுபடியாகும் என்று அர்த்தமல்ல. எந்த நேரத்திலும் ஒப்புதல் திரும்பப் பெறப்படலாம்.

செயற்பாடு 7 (பெரியவர்களுக்கானது):

1 பிளிப் சார்ட்களைத் தயார் செய்து, அதில் “உடல் ரீதியான துஸ்பிரயோகம்”, “உணர்ச்சி மற்றும் உளவியல் ரீதியான துஸ்பிரயோகம்”, “பாலியல் ரீதியான துஸ்பிரயோகம்” மற்றும் “பொருளாதார ரீதியான துஸ்பிரயோகம்” ஆகிய தலைப்புக்களை ஒவ்வொரு பக்கத்திலும் எழுதி, அறையின் முன் பக்கத்தில் காட்சிப்படுத்தவும்.

2 பின்வரும் கூற்றுக்களை தனித்தனி காகித துண்டுகளில் அச்சிடவும்/ எழுதவும். (ஒரு துண்டுக்கு ஒரு கூற்றுப்படி) (கீழே உள்ள தலைப்புகள் நெறிப்படுத்துனரின் குறிப்புக்காக மட்டுமே).

- **உடல் ரீதியான துஸ்பிரயோகம்**
  - கோபமாக இருக்கும் போது சொத்துக்களைச் சேதப்படுத்தல் (பொருட்களை வீசுவது, சுவர்களைக் குத்துவது, கதவுகளை உதைப்பது போன்றவை).
  - உங்களைத் தள்ளுதல், அறைதல், கடித்தல், உதைத்தல் அல்லது மூச்சுத் திணறச் செய்தல்.
  - ஆபத்தான அல்லது அறிமுகமில்லாத இடத்தில் உங்களைக் கைவிடுதல்.
  - கவனக்குறைவாக வாகனம் ஓட்டுவதன் மூலம் உங்களை பயமுறுத்துதல்.
  - உங்களை அச்சுறுத்த அல்லது காயப்படுத்த ஆயுதத்தைப் பயன்படுத்துதல்.
  - உங்களை உங்களுடைய வீட்டை விட்டு வெளியேறும்படி கட்டாயப்படுத்துதல்.
  - உங்களை உங்கள் வீட்டில் சிக்க வைத்தல் அல்லது வெளியேற விடாமல் தடுத்தல்.
  - காவல்துறையை தொடர்பு கொள்வதிலிருந்தும் அல்லது மருத்துவ கவனிப்பைத் தேடுவதிலிருந்தும் உங்களைத் தடுத்தல்.
  - உங்கள் குழந்தைகளைக் காயப்படுத்துதல்.
  - பாலியல் சூழ்நிலைகளில் உடற் சக்தியைப் பயன்படுத்துதல்.
  - உங்கள் உடமைகளை அழித்தல்.
  - உங்கள் கையடக்கத் தொலைபேசி அல்லது கணினியை எடுத்துச் செல்லுதல்.
- **உணர்ச்சி மற்றும் உளவியல் ரீதியான துஸ்பிரயோகம்**
  - உங்கள் பட்டப்பெயர்களை அழைத்தல்.
  - உங்கள் குடும்பத்தினர், அயலவர்கள், நண்பர்கள் முன்னிலையில் உங்களை சிறுமைப்படுத்துதல்.
  - குழந்தைகளை அழைத்துச் செல்வதாக மிரட்டுதல்.
  - வீட்டில் அல்லது பொது இடங்களில் உங்களைப் பார்த்துக் கத்துதல்.
  - உங்களுடைய கையடக்கத் தொலைபேசியை எடுத்துச் செல்லல்.
  - உங்களுடைய தோற்றத்தை அவமதித்தல்.
  - வீட்டில் அல்லது பொது இடங்களில் உங்களுடைய கருத்துக்கள் மற்றும் பரிந்துரைகளை புறக்கணித்தல்.
  - நீங்கள் அவர்களை விட்டு வெளியேறினால் தற்கொலை செய்து கொள்வதாக மிரட்டுதல்.

- **பாலியல் ரீதியான துஸ்பிரயோகம்**
  - ஏமாற்றியதாக, உங்களைக் குற்றம் சாட்டுதல் அல்லது உங்களுடன் சம்மந்தப்பட்ட வெளியாட்களுடனான உறவுகளைக் கண்டு பொறாமைப்படுதல்.
  - பாலியல் ரீதியான கவர்ச்சியைத் தூண்டும் வகையில் ஆடை அணியுமாறு உங்களைக் கட்டாயப்படுத்துதல்.
  - பாலியல் ரீதியான வழிகளில் உங்களை அவமானப்படுத்துதல் அல்லது உங்களை பாலியலுடன் தொடர்புடைய பெயர்களால் அழைத்தல்.
  - உடலுறவு கொள்ளவோ அல்லது பாலியல் செயல்களில் ஈடுபடவோ உங்களை கட்டாயப்படுத்துதல் அல்லது கையாளுதல்.
  - உடலுறவின் போது நீங்கள் அசௌகரியமாக உணரும் போது கூட உங்களை அடக்கி கட்டுப்படுத்துதல்.
  - நீங்கள் உடல்நிலை சரியில்லாமல் இருக்கும் போது, சோர்வாக இருக்கும் போது அல்லது உங்களை அடித்த பிறகு உடலுறவைக் கோருதல்.
  - உடலுறவின் போது ஆயுதங்கள் அல்லது பொருட்களால் உங்களை காயப்படுத்துதல்.
  - பாலியல் செயற்பாடுகளில் மற்றவர்களை ஈடுபடுத்துதல்.
  - பாலியல் தொடர்பான உங்கள் உணர்வுகளைப் புறக்கணித்தல்.
- **பொருளாதார ரீதியான துஸ்பிரயோகம்**
  - உங்களுடைய நிதிகளை கடுமையாகக் கட்டுப்படுத்துதல்.
  - பணம் அல்லது கடன் அட்டைகளை நிறுத்தி வைத்தல்.
  - நீங்கள் செலவழிக்கும் ஒவ்வொரு ரூபாய்க்கும் கணக்கு வைத்தல்.
  - அடிப்படைத் தேவைகளை நிறுத்தி வைத்தல். (உணவு, உடைகள், மருந்து, இருப்பிடம்)
  - உங்களை தொழில் செய்வதிலிருந்து அல்லது உங்கள் சொந்த தொழிலைத் தேர்ந்தெடுப்பதிலிருந்து தடுத்தல்.
  - உங்களுடைய தொழிலைக் குழப்புதல் (உங்களை வேலையை இழக்கச் செய்வது, தொடர்ந்து அழைப்பெடுத்தல்).
  - உங்களிடம் உள்ளவற்றைத் திருடுதல் அல்லது உங்கள் பணத்தை எடுத்துக் கொள்ளுதல்

3 பங்கேற்பாளர்களை 04 குழுக்களாகப் பிரித்து, தமக்கென ஒரு தலைவரை நியமிக்குமாறு கூறுங்கள்.

4 காகிதத் துண்டுகளை உருட்டி, அவற்றை நன்றாகக் கலந்து விடவும்.

5 ஒவ்வொரு குழுத் தலைவரையும் நெறிப்படுத்துனருக்கு அருகே வந்து ஒன்பது (09) துண்டுக் காகிதங்களை எடுக்கச் சொல்லுங்கள். துண்டுகளைத் திறக்குமாறு கேட்கும் வரை தலைவர்கள் துண்டுகளைத் திறந்து பார்க்கக் கூடாது.

6 குழு உறுப்பினர்களை அவர்களின் தலைவர்கள் எடுத்து வந்த துண்டுக் காகிதங்களில் இருக்கும் கூற்றுகளைத் திறந்து பார்க்கச் சொல்லுங்கள். அனைத்து கூற்றுக்களும் பல்வேறு வகையான குடும்ப வன்முறைச் சூழ்நிலைகளைக் குறிப்பிடுகின்றன என்று அவர்களிடம் சொல்லுங்கள். ஒவ்வொரு கூற்றுக்களும் எந்த வகையான குடும்ப வன்முறையைக் குறிக்கிறது என்பதைப் பற்றி கலந்துரையாட அவர்களுக்கு 10 நிமிடங்கள் கொடுங்கள்.

7 10 நிமிடங்களின் முடிவில், ஒவ்வொரு குழுவையும் பிளிப் சார்ட் அருகே வந்து, சரியான தலைப்புகளின் கீழ் கூற்றுகளை செருகச் (கட்டைவிரலைப் பயன்படுத்தி) சொல்லுங்கள்.

8 அனைத்து குழுக்களும் கூற்றுக்களை தொங்க விடச் செய்த பிறகு, தவறான தலைப்புகளின் கீழ் தொங்கவிடப்பட்டவற்றைக் கவனியுங்கள்.

9 காதலுக்கு அப்பாற்பட்டு செய்யப்படுவதாக கருதுவதால், அல்லது அவை தொடர்ந்து நடக்காததால், அல்லது உண்மையில் குடும்ப வன்முறை நிகழ்வுகளின் போது உடல் ரீதியான வன்முறை இல்லாததால், சிறிய அல்லது இயற்கையான செயல்கள் எப்படி அடிக்கடி பொறுத்துக் கொள்ளப்படுகின்றன என்பதைப் பற்றிய கலந்துரையாடலுடன் முடிக்கவும்.

3.3.5. குடும்ப வன்முறையைத் தடுப்பது மற்றும் குடும்ப வன்முறையில் இருந்து தப்பிப்பிழைத்தவர்களை எவ்வாறு பாதுகாக்கப்பது?

சட்டப் பாதுகாப்பு:

சர்வதேச மட்டத்தில்:

CEDAW **செயற்குழுவானது பெண்களுக்கு எதிரான பால்நிலை அடிப்படையிலான வன்முறை தொடர்பான பொதுப் பரிந்துரை எண். 35ல், 'பாகுபாடு; என்பது பெண்களுக்கு எதிரான பால்நிலை அடிப்படையிலான வன்முறையை உள்ளடக்கியது என வரையறை செய்கிறது. பெண்களுக்கு எதிரான பால்நிலை அடிப்படையிலான வன்முறையானது, பாலியல் பலாத்காரம் குடும்ப வன்முறை அல்லது தீங்கு விளைவிக்கும் நடைமுறைகள் உட்பட சில சூழ்நிலைகளில் சித்திரவதை அல்லது கொடூரமான, மனிதாபிமானமற்ற அல்லது இழிவான நடாத்துகையாகவும் இருக்கலாம் என்பதையும் அங்கீகரிக்கிறது.**

இலங்கையில்:

- **2005ஆம் ஆண்டின் 34ஆம் இலக்க குடும்ப வன்முறைத் தடுப்புச் சட்டம்** (PDVA)
- **தண்டனைச் சட்டக் கோவை**
- **2015ஆம் ஆண்டின் 04ஆம் இலக்க குற்றச்செயல்களால் பாதிக்கப்பட்டோருக்கும் சாட்சியாளருக்குமான உதவி மற்றும் பாதுகாப்புச் சட்டம்**

◇ **2005 ஆம் ஆண்டின் 34ஆம் இலக்க குடும்ப வன்முறைத் தடுப்புச் சட்டம்.** இது குடும்ப வன்முறையைக் கையாளும் முக்கிய சட்டமாகும்.

- இது குடும்ப வன்முறையை ஒரு குற்றமாக அங்கீகரிக்கவில்லை, ஏனெனில் இச்சட்டத்தின் முக்கிய நோக்கம் பாதிக்கப்பட்டுத் தப்பிப்பிழைத்தவரின் பாதுகாப்பிற்கான சிவில் தீர்வை வழங்குவதாகும். அதாவது துஸ்பிரயோகம் செய்பவரை சிறைக்கு அனுப்ப இந்தச் சட்டத்தைப் பயன்படுத்த முடியாது. இருப்பினும், சட்டம் குடும்ப வன்முறையை பின்வருமாறு வரையறுக்கிறது:

i. கொலை, கொலை முயற்சி, தாக்குதல், தவறான சிறைப்பிடித்தல் அல்லது கட்டுப்படுத்துதல், மிரட்டல், பாலுறவு, பாலியல் பலாத்காரம், கருச்சிதைவை ஏற்படுத்துதல், மிரட்டி பணம் பறித்தல் போன்றவை உட்பட, தண்டனைச் சட்டத்தில் ஏற்கனவே குற்றமாக்கப்பட்டுள்ள உடல் ரீதியான வன்முறைச் செயல்கள் மற்றும் ஏனையவை.

ii. உணர்ச்சி ரீதியான துஸ்பிரயோகம், இது ஒரு பாதிக்கப்பட்ட நபரை நோக்கி கடுமையான இயல்புடைய கொடூரமான, மனிதாபிமானமற்ற, இழிவான அல்லது

அவமானகரமான நடத்தையின் வடிவமாக வரையறுக்கப்படுகிறது.

- இந்தச் செயல்கள் வீட்டில் அல்லது வீட்டிற்கு வெளியே கூட நடக்கலாம். முக்கியமானது என்னவென்றால், பாதிக்கப்பட்டுத் தப்பிப்பிழைத்தவருக்கும் வன்முறையாளருக்கும் இடையே தனிப்பட்ட உறவு இருக்க வேண்டும். அவர்கள் கணவன் மனைவியாக இருக்க வேண்டிய அவசியமில்லை. குழந்தைகள், பெற்றோர், தாத்தா, பாட்டி மற்றும் பிற உறவினர்கள் கூட இந்தச் சட்டத்தின் கீழ் பாதுகாப்புப் பெறலாம்.

- துரதிஸ்டவசமாக, திருமண பாலியல் பலாத்காரம் (அதாவது, துணை மற்ற துணைவரை பாலியல் பலாத்காரம் செய்வது) மற்றும் வாழ்க்கைத் துணைவர்களுக்கிடையேயான பாலியல் துஸ்பிரயோகத்தை குடும்ப வன்முறையின் வடிவமாக அச் சட்டம் அங்கீகரிக்கவில்லை.

- இந்தச் சட்டம் பெண்களை மட்டும் பாதிக்கப்பட்டுத் தப்பிப்பிழைத்தவர்கள் என்று குறிப்பிடவில்லை என்பதை நினைவில் கொள்ள வேண்டும். இது பால்நிலை நடுநிலையானது, அதாவது ஆண்களும் பிற பால்நிலையினரும் கூட இச் சட்டத்தின் கீழ் பாதுகாப்பைப் பெறலாம்.

- 2005ஆம் ஆண்டின் 34ஆம் இலக்க குடும்ப வன்முறைத் தடுப்புச் சட்டத்தின் (PDVA) கீழ் உள்ள முக்கிய பாதுகாப்பு அம்சம் "பாதுகாப்புக் கட்டளை" என்று அழைக்கப்படுகிறது. குடும்ப வன்முறையால் பாதிக்கப்பட்ட எந்தவொரு நபரும் தாங்களாகவோ அல்லது பொலிஸ் மூலமாகவோ நீதவான் நீதிமன்றத்திற்குச் சென்று பாதுகாப்பு உத்தரவை நீதிமன்றத்தில் கோரலாம்.

- ஒரு பாதுகாப்புக் கட்டளையானது முதலில் 14 நாட்களுக்கு வழங்கப்படலாம், இது "இடைக்கால பாதுகாப்பு உத்தரவு" என்று அழைக்கப்படுகிறது. இந்த நிலையில், விண்ணப்பிக்கும் நபருக்கு (அவளுக்கு/அவனுக்கு) வழக்கை நிரூபிக்கும் சுமை இல்லை. நீதிமன்றத்தில் விண்ணப்பத்தை முழுமையாக விசாரித்த பிறகு இடைக்கால உத்தரவு 12 மாதங்கள் வரை நீட்டிக்கப்படுகிறது.

- ஒரு பாதுகாப்புக் கட்டளை நடைமுறையில் இருக்கும் போது, பிரதிவாதியை (வன்முறையாளர்) பாதிக்கப்பட்டு தப்பிப்பிழைத்தவரின் வீடு அல்லது பணியிடம் அல்லது பாடசாலைக்குள் நுழைவதிலிருந்தும் அவர்களுடன் தொடர்பு கொள்வதிலிருந்தும் தடுக்கிறது. பாதிக்கப்பட்டுத் தப்பிப்பிழைத்தவருக்கு உதவி செய்யும் எந்தவொரு நபரையும் காயப்படுத்துவது பாதிக்கப்பட்டுத் தப்பிப்பிழைத்தவர் வசிக்கும் வீட்டை விற்பது மற்றும் பாதிக்கப்பட்டுத் தப்பிப்பிழைத்தவரை நிர்க்கதியாக்குவது போன்றவற்றிலிருந்தும் தடுக்கிறது.

- நீதவான், பாதிக்கப்பட்டுத் தப்பிப்பிழைத்தவரின் நிதித் தேவைகளைக் கவனித்துக்கொள்ளுமாறு வன்முறையில் ஈடுபட்ட நபருக்கு உத்தரவிடலாம். குழந்தைகளுக்கு ஆதரவை வழங்குதல் அவர்களிடம் இருக்கும் ஆயுதங்களைக் கொடுத்து சரணடைதல் மற்றும் பாதிக்கப்பட்டு தப்பிப்பிழைத்தவருடன் இணைந்து உளநல ஆலோசனை அமர்வுகளில் கலந்துகொள்ளுதல் என்பன இதில் உள்ளடங்கும்.

◇ இவற்றுக்குப் புறம்பாக பாதிக்கப்பட்டுத் தப்பிப்பிழைத்தவர் மீதுஇ தண்டனைச் சட்டத்தில் அங்கீகரிக்கப்பட்ட ஏதேனும் குற்றத்தைச் செய்திருந்தால் அக் குற்றத்தைச் செய்தவர்கள் மீது குற்றவியல் சட்டத்தின் கீழ் தனியாக புகார் செய்யலாம்.

- இது பொலிஸ் மூலமாகவோ அல்லது பாதிக்கப்பட்டுத் தப்பிப்பிழைத்தவராலேயோ செய்யப்படலாம்.

- வழக்கு விசாரணைக்குப் பிறகு, குற்றம் நிரூபிக்கப்பட்டால், குற்றவாளிகள் சிறைக்கு அனுப்பப்படலாம் அல்லது அவர்களுக்குத் தண்டப்பணம் விதிக்கப்படலாம்.

◇ "2015 ஆம் ஆண்டின் 4ஆம் இலக்கஇ குற்றச்செயல்களால் பாதிக்கப்பட்டவர் மற்றும் சாட்சியாளருக்கான உதவி மற்றும் பாதுகாப்புச் சட்டம்" என்பது மற்றுமொரு முக்கியமான சட்டமாகும்.

- இது பாதிக்கப்பட்டுத் தப்பிப்பிழைத்தவர்கள் தங்கள் முறைப்பாடுகளின் முன்னேற்றம் குறித்து விசாரிக்க அனுமதிக்கிறது. காணொளி மூலம் சாட்சியம் வழங்கவும் இழப்பீடு பெறவும் துஸ்பிரயோகம் செய்பவரிடமிருந்து பாதுகாப்பு பெறவும் மற்றும் மன அதிர்ச்சிக்கான சிகிச்சையைக் கோரவும் அனுமதியளிக்கிறது.

நடைமுறையில்:

◆ குடும்ப வன்முறையை எதிர்கொள்ளும் எந்தவொரு பெண்ணும் அல்லது சிறுவரும் பின்வரும் சேவைகளை நாட முடியும்.

- சட்ட ஆலோசனை மற்றும்/அல்லது உதவியை

அருகிலுள்ள **சட்ட உதவி ஆணைக்குழுவின்** (LAC) கிளையில் இலவசமாகப் பெற்றுக்கொள்ள முடியும். சட்ட உதவி ஆணைக்குழுவின் (LAC) கிளைகள் பொதுவாக அருகிலுள்ள நீதவான் நீதிமன்றத்திலோ அல்லது அருகாமையிலோ அமைந்திருக்கும்.

- இலங்கையின் ஒவ்வொரு காவல் நிலையத்திலும் பெண் காவல்துறை உத்தியோகத்தர்களைக் கொண்ட **சிறுவர்கள் மற்றும் பெண்களுக்கான பிரிவு** உண்டு. பெண்கள், காவல் நிலையத்தில் உள்ள குறித்த அதிகாரிகளுடன் பேச முடியும். பாதிக்கப்பட்டவரின் அடையாளம் மற்றும் அந்தரங்கத்தைப் பாதுகாப்பதற்காக இந்த அதிகாரிகளுடன் தனிப்பட்ட முறையிலும் பேச முடியும்.

- பிரதேச செயலக அலுவலகத்தில் **மகளிர் அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர்** (WDO) ஒருவர் இருப்பார். அவர் பாதிக்கப்பட்டுத் தப்பிப்பிழைத்தவர்கள், மருத்துவமனை வசதிகள், ஆலோசனை வசதிகள் போன்ற தேவையான சேவைகளைப் பெற்றுக் கொள்வதற்கு பரிந்துரை செய்வார்.

- **கிராம சிறுவர்கள் மேம்பாட்டுக் குழு** (VCDC) அல்லது **பாடசாலை சிறுவர்கள் பாதுகாப்புக் குழுவானது** மாவட்ட அல்லது பிரதேச சிறுவர்கள் பாதுகாப்பு அலுவலர்கள் அல்லது பொலிஸ் போன்ற அதிகாரிகளுக்கு பரிந்துரை வழங்க உதவுகிறது.

◆ இருப்பினும், சமூக மனப்பான்மைகள் சில சமயங்களில் பாதிக்கப்பட்டுத் தப்பிப்பிழைத்தவர்கள் முறைப்பாடளிப்பதையும் நீதிமன்றங்கள் மூலம் உதவியை நாடுவதையும் ஊக்கப்படுத்த மறுக்கிறது. ஏனெனில் குடும்ப வன்முறை என்பது குடும்பத் தகராறு என்றவகையில் அது தனிப்பட்ட விடயமாக இருக்க வேண்டும் என நம்பவைக்கப்பட்டுள்ளார்கள்.

◆ இந்த விடயத்தைச் சுற்றியுள்ள மௌனம், குடும்ப வன்முறையை முடிவுக்குக் கொண்டு வருவதற்கு தடையாக உள்ளது. இதைப் பற்றி வெளிப்படையாக பேசுவதும் மற்றும் தப்பிப்பிழைத்தவர்களை, களங்கமும் ஆதரவின்மையும் அமைதிக்குள்ளாக்குவதையும் புரிந்துகொள்வது அவசியமாகும்.

◆ குடும்ப வன்முறைக்குப் பதிலளிக்கும் போது பின்வரும் விடயங்களைக் கவனத்திற் கொள்ளுங்கள்:

- குடும்ப வன்முறையைத் தடுப்பதற்கு அல்லது நிறுத்துவதற்கான முதல் படி, **ஒருவருடைய உறவு முறைகேடானது** என்பதை அங்கீகரிப்பது அல்லது ஒப்புக்கொள்வது ஆகும். நம்பகமான நண்பர்களுடன் அனுபவங்களைப் பகிர்ந்து கொள்வது பற்றிக் கருத்திற்கொள்ளுங்கள்.

- **குடும்ப வன்முறை பற்றி விழிப்புடன் இருந்து** அதைப் பற்றி வெளிப்படையாக பேசுங்கள். குடும்ப வன்முறையில் இருந்து தப்பிப்பிழைத்தவர்களுக்கு ஆதரவளிக்க சமூகத்தில் என்ன சேவைகள் உள்ளன என்பதைக் கண்டறியவும்.

- குடும்ப வன்முறை பற்றி வெளிப்படையாக பேச **பாதுகாப்பான இடங்களை பெண்களுக்காக உருவாக்குங்கள்.** சுய உதவிக்குழுக்கள் மூலம் இதைச் செய்வது இலகுவாக இருக்கும். உள்ளூர் மட்ட அதிகாரிகள் மற்றும் மருத்துவமனைகள் தப்பிப்பிழைத்தவர்களுக்கு பாதுகாப்பான இடமாக மாறுவதை உறுதிசெய்ய ஆலோசனை செய்யுங்கள்.

- ஒரு சமுதாயமாக, துஸ்பிரயோகிகளிடமிருந்து தப்பிப்பிழைத்தவர்களின் பொருளாதாரச் சார்புத்தன்மையை தகர்ப்பதற்கு கல்வி, வருமானம் ஈட்டும் நடவடிக்கைகள் போன்ற ஏனையவற்றின் மூலம் **பெண்களுக்கு வலுவூட்டல்** அளிக்க முயற்சித்தல் வேண்டும்.

- **பரஸ்பர மரியாதை பற்றி தொடர்ந்து கலந்துரையாடல்** செய்ய ஆண்கள் மற்றும் பெண்கள் இருவரையும் ஊக்குவிக்கவும். ஆண்கள் மற்றும் ஆண் சிறுவர்களை கலந்துரையாடலில் ஈடுபடுத்துவது அவசியம் என்பதை மக்கள் அங்கீகரிப்பதை உறுதி செய்யவும்.

- தனக்குத் தெரிந்த ஒருவர் துஸ்பிரயோகத்திற்கு உட்படுகிறார் என்று சந்தேகப்பட்டால், அதற்கான **அறிகுறிகளை கவனிக்கத் தவறாதீர்கள்.** அவர்களின் கவலையை பகிரங்கமாக இல்லாவிட்டாலும், குறைந்தபட்சம் தனிப்பட்ட முறையில் அவர்களிடம் தெரிவிக்கவும். இது தப்பிப் பிழைத்தவர்களை, தங்கள் அனுபவங்களைப் பற்றி பேசவும் உதவியை நாடவும் ஊக்குவிக்கும். அவர்களை மரியாதையுடன் நடாத்த மறவாதீர்கள். அவர்கள் சொல்வதைக் கவனமாகக் கேளுங்கள் அத்துடன் இரகசியத்தன்மையைப் பேணுங்கள். தப்பிப்பிழைத்தவர் பற்றிய எந்தத் தகவலையும் அவர்களின் அனுமதியின்றி வெளியிடக்கூடாது.

- தப்பிப்பிழைத்தவர்கள் மற்றும் அவர்களது குடும்பங்களின் பாதுகாப்பு என்பன கருத்தில் கொள்ள வேண்டிய மிக முக்கியமான விடயங்கள் என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள். எனவே, எந்தவொரு தலையீடும் கவனமாகவும், தப்பிப்பிழைத்தவரின் ஒப்புதலுடனும் செய்யப்பட வேண்டும்.

- தப்பிப்பிழைத்தவர்களுக்கு மகளிர் அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர் (WDO), காவல்துறை, மருத்துவமனை, தங்குமிடம் வழங்கும் பெண்கள் அமைப்புகள், ஆலோசகர்கள் போன்ற சேவைகளை அவர்கள் அணுகுவதற்கு உதவுங்கள்.

செயற்பாடு 8 (பெரியவர்களுக்கானது):

1 ஒவ்வொரு பங்கேற்பாளருக்கும் ஒரு வெற்றுத் தாள் கொடுக்கவும்.

2 சில ஆடைகளின் வடிவத்தில் காகிதத்தை வெட்டச் சொல்லுங்கள், எ.கா: உடை, மேற்சட்டை போன்றவை (அல்லது காகிதத்தை வெவ்வேறு வடிவிலான ஆடைகளின் வடிவத்தில் நெறிப்படுத்துனர் முன்கூட்டியே வெட்டலாம்).

3 காகித ஆடை வடிவத்தில், குடும்ப வன்முறைக்கு எதிராக குரல் கொடுப்பது பற்றிய செய்திகளை எழுதச் சொல்லுங்கள் (பங்கேற்பாளருக்கு எவ்வாறு எழுதுவது எனத் தெரியாவிட்டால், நெறிப்படுத்துனர் அல்லது மற்றொரு பங்கேற்பாளர் அவர்களுக்கு உதவலாம்). இந்தச் செய்திகள் அவர்கள் இனி ஏற்றுக்கொள்ளாத நடத்தை அல்லது குடும்ப வன்முறைக்கு எதிராக அவர்கள் எடுக்கும் நடவடிக்கைகள் பற்றியதாக இருக்கலாம்.

4 செய்திகள் எழுதப்பட்டவுடன், அறை முழுவதும் ஒரு ஆடைவரிசையை வரைந்து, செய்திகளை ஆடை வரிசையில் தொங்கவிடவும். இது "குடும்ப வன்முறை வேண்டாம் என்று சொல்லும் ஆடை வரிசை" என்று அழைக்கப்படும்.

5 பங்கேற்பாளர்களை ஆடை வரிசை தொடர்பில் சிந்திக்கவும் முக்கியமான எதுவும் தவறவிட்டப்பட்டுள்ளதா என்று பார்க்குமாறும் கூறவும்.

3.4 பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறையின் (ஏயுறு) பிற வடிவங்கள்

3.4.1 அறிமுகம்

இல் குறிப்பிட்டுள்ளதன் படி பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறை (VAW) என்பது ஒரு குடைச் சொல்லாகும், இதில் பல தீங்கு விளைவிக்கும் நடத்தைகள் உள்ளடங்கும். இலங்கையில் பெண்களைப் பாதிக்கும் பாலியல் பலாத்காரம், பாலியல் துன்புறுத்தல் மற்றும் பிற வகையான பாலியல் துஸ்பிரயோகங்கள், நிகழ்நிலை அல்லது தொழில்நுட்ப ரீதியான வன்முறைகள் அத்துடன் பாலியல் இலஞ்சம் போன்ற பல பிரச்சினைகள் குறித்து இந்தப் பிரிவு கவனம் செலுத்தும்:

3.4.2 குறிக்கோள்கள்

பங்கேற்பாளர்களுக்கானது:

- பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறையின் (VAW) வேறு சில வடிவங்களை குறிப்பாக பாலியல் பலாத்காரம், பாலியல் துன்புறுத்தல் மற்றும் பிற வகையான பாலியல் துஸ்பிரயோகம், அத்துடன் நிகழ்நிலை அல்லது தொழில்நுட்ப ரீதியான வன்முறை மற்றும் பாலியல் இலஞ்சம் என்பன பற்றி தெளிவாகப் புரிந்து கொள்ளுதல்.
- பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறையின் (VAW) வடிவங்களை அடையாளம் காணுதலும் மற்றும் இந்த அத்துமீறல்களைத் தடுக்க எடுக்கக்கூடிய நடவடிக்கைகளையும் புரிந்து கொள்ளுதல்.

3.4.3 ஏன் இந்த விடயத்தில் கவனம் செலுத்த வேண்டும்?

- பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறை (VAW) என்பது பல அடிப்படை மனித உரிமைகளை மீறுவதாகும்.
- இது எல்லா வயதுப் பிரிவிலுமுள்ள பாலியல் நோக்குநிலை, மதம், இனம், கல்வி நிலைகள் அல்லது சமூக-பொருளாதாரப் பின்னணியில் உள்ள பெண்களுக்கும் நிகழலாம்.
- இது சிறுவர்களுக்குக்கூட நிகழலாம்.
- தங்களின் குடும்பத் தலைவர்களாக எஞ்சியிருக்கும் பெண்கள் பல்வேறு வகையான வன்முறைகளால் அதிகம் பாதிக்கப்படுகின்றனர்.
- நீண்ட காலமாக வன்முறை புறக்கணிக்கப்பட்டாலோ அல்லது அடையாளம் காணப்படாதுவிட்டாலோ, பெண்கள் அதிகம் பாதிக்கப்படுவார்கள்.
- எனவே, நமது சமூகங்களில் பெண்களைப் பாதிக்கும் பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறையின் (VAW) வடிவங்களைப் பற்றிப் பேசுவதும், தங்களுக்கு எதிரான வன்முறைச் செயல்களைக் கண்டறிந்து தடுப்பதற்குத் தேவையான தகவல்களை அவர்களிடம் இருப்பதை உறுதி செய்வதும் முக்கியமாகும்.

3.4.4 பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறையின் (VAW) பிற வடிவங்களை விளங்கிக் கொள்ளல்

பாலியல் துஸ்பிரயோகமே பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறையின் (VAW) மிகவும் வழக்கமான வடிவமாகும். இதில் பாலியல் பலாத்காரம் தகாத உறவு மற்றும் பாலியல் துன்புறுத்தல் ஆகியவை உள்ளடங்கும். இவை அனைத்தும் கடுமையான குற்றங்கள் ஆகும்.

ஒரு நபர் உடலுறவு கொள்ள விரும்பாமலிருக்கும் போது, உடலுறவு கொள்ள சம்மதம் தெரிவிக்காத போது பாலியல் பலாத்காரம் இடம்பெறுகிறது.

- ஒரு பெண் மற்றய நபருடன் உடலுறவு கொள்ள சம்மதிக்கவில்லை என்றால் அது உடலுறவு அல்ல என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள். பாலியல் பலாத்காரத்தை எந்தவொரு நபராலும் செய்ய முடியும் என்றாலும், இலங்கையில் பெண்கள் மீது, ஆண்களால் மட்டுமே பாலியல் பலாத்காரத்தை செய்ய முடியும்.
- இந்தச் செயல் பாலியல் பலாத்காரத்திற்குச் சமமானதாக இருப்பதற்கு, பெண் பிறப்புறுப்பில் ஆணின் பிறப்புறுப்பு செலுத்தப்பட்டு இருக்க வேண்டும். அதாவது ஆணின் ஆணுறுப்பு பெண்ணின் யோனிக்குள் அவளது சம்மதத்திற்கு எதிராக நுழைக்கப்பட்டிருக்க வேண்டும்.
- 16 வயதிற்குட்பட்ட சிறுமிக்கு இது நடந்தால், அவள் அதற்குச் சம்மதம் தெரிவித்திருந்தாலும் அது பாலியல் பலாத்காரமாகவே கருதப்படும். சிறுவர்களுக்குச் சம்மதம் தெரிவிக்கும் திறன் இல்லாததால் சிறுவர்களைப் பாதுகாப்பதற்காக இந்த ஏற்பாடு செய்யப்பட்டுள்ளது.
- எனினும், கணவன் தனது மனைவியை அவளது விருப்பத்திற்கு மாறாக உடலுறவு கொள்ளுமாறு வற்புறுத்தினால், அது பாலியல் பலாத்காரமாகவே இருந்தாலும், அது இலங்கைச் சட்டத்தின் கீழ் குற்றமாக அங்கீகரிக்கப்படாது.
- ஒரு நபருக்கு (ஆண் அல்லது பெண்) அவரின் அனுமதியின்றி செய்யப்படும் பாலியல் இயல்புடைய பிற செயல்கள் அதாவது பெண் பிறப்புறுப்பினுள் செலுத்துதல் அல்லாத செயல்கள் **பாரதூரமான பாலியல் துஸ்பிரயோகம்** எனப்படும். உதாரணமாக வாய்வழி ரீதியான பாலுறவு, ஒரு ஆணின் ஆணுறுப்பைத் தொடும்படி கட்டாயப்படுத்துதல் போன்றன இலங்கையில் குற்றங்களாகும்.

தகாத உடலுறவு என்பது குடும்ப உறுப்பினர்கள் அல்லது நெருங்கிய உறவினர்களுக்கு இடையிலான பாலியல் செயல்கள் ஆகும். உதாரணமாக பெற்றோர் மற்றும் பிள்ளைகள், உடன்பிறந்தவர்கள், தாத்தா பாட்டி மற்றும் பேரப் பிள்ளைகள், வளர்ப்பு பெற்றோர் மற்றும் தத்தெடுக்கப்பட்ட அல்லது மகவேற்பு செய்யப்பட்ட பிள்ளைகள், இரத்த உறவுடைய மைத்துனர்/மைத்துனி போன்ற உறவுகளுக்கிடையிலான பாலியல் செயல்களைக் குறிப்பிடலாம்.

- இலங்கையில் ஒருவர் மீது கட்டாயப்படுத்தப்படாத சந்தர்ப்பங்களில், அதாவது தரப்பினர் சம்மதம் தெரிவித்திருந்தாலும் கூட அது குற்றமாகும்.
- தகாத முறையிலான பாலியல் ரீதியான உறவுகள் பெரும்பாலும் கவனிக்கப்படாதவையாகவும் சில சந்தர்ப்பங்களில் இயற்கையாகவும் கருதப்படுகின்றன. மேலும் அடிக்கடி மிரட்டல் மற்றும்

அச்சுறுத்தல்களுடன் இடம்பெறுகின்றன.

- தங்களின் விருப்பத்திற்கு எதிராக உடலுறவில் ஈடுபடும் பெண்கள், மனநலப் பிரச்சினைகளால் பாதிக்கப்படுவார்கள். இது மற்றவர்களிடமிருந்து தங்களைத் தனிமைப்படுத்திக் கொள்ள வழிவகுக்கும், தொடர்ந்து வேலை செய்ய முடியாமல் போகலாம், இறுதியில் அவர்கள் மேலும் துஸ்பிரயோகத்திற்கு உள்ளாகுதல் மற்றும் தங்கி வாழும் நிலைக்கு ஆளாகின்றனர்.

பாலியல் தொல்லை என்பது ஒரு வன்முறைச் செயலாகும். இது பாலியல் சார்ந்த வாய்மொழி அல்லது உடல் ரீதியான செயல்கள் போன்ற பல செயல்களை உள்ளடக்கும்.

- இது ஒரு தாக்குதல் அல்லது குற்றமுறையான அழுத்தத்தைப் பயன்படுத்துதல் அல்லது விரும்பத்தகாத பாலியல் நடவடிக்கைகள், பாலியல் சலுகைகளுக்கான கோரிக்கைகள், பாலியல் வன்கொடுமை, பிடிப்பது, தடுமாறுதல், தேவையற்ற முத்தமிடுதல் அல்லது பாலியல் இயல்பின் மோசமான கருத்துக்களைச் சொல்வது போன்ற வார்த்தைகள் அல்லது செயல்களின் வடிவமாக இருக்க முடியும்.

- இது ஆண்களுக்கும் பெண்களுக்கும் நிகழலாம். ஆனால், உண்மையாகவே பிற வடிவங்களிலான பாலியல் மற்றும் பால்நிலை அடிப்படையிலான வன்முறையாக (SGBV) இது இருந்தாலும் பெண்களைப் பாரிய அளவில் பாதிக்கிறது.

- பாலியல் தொல்லை, பணியிடத்தில், பொதுப் போக்குவரத்தில், மத ஸ்தலங்களில் அல்லது பிற பொது இடங்களில் நடக்கலாம்.

- தொல்லைத்தருபவர், தப்பிப்பிழைத்தவரின் முதலாளி, மேற்பார்வையாளர், சக பணியாளர், வாடிக்கையாளர், மத பிரமுகர், பொது அதிகாரி, கடன் வழங்குபவர், கடன் வசூலிப்பவர் அல்லது வேறு எந்த நபராகவும் இருக்க முடியும்.

- பாலியல் தொல்லை பொதுவானது மற்றும் குறிப்பாக இலங்கையில் பொதுப் போக்குவரத்தில் பரவலாக உள்ளது.

- பெண்கள் பணியிடத்திலும், தமது அன்றாட வாழ்க்கையிலும் பாலியல் தொல்லையை எதிர்கொள்கின்றனர்.

அண்மைக் **காலங்களில் நிகழ்நிலை அல்லது தொழில்நுட்ப ரீதியான** பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறை (VAW) அதிகரித்து வருகிறது.

- இது கையடக்கத் தொலைபேசிகள், கணினிகள், சமூக ஊடக வலைத்தளங்கள் போன்ற மின்னணு அல்லது இலத்திரணியல் கருவிகளைப் பயன்படுத்தி செய்யப்படும் எந்தவொரு தீங்கு விளைவிக்கும் செயல்களாகவும் இருக்க முடியும்.

- பெண்களின் நடமாட்டத்தைக் கட்டுப்படுத்த பீஎஸ் டிராக்கர் (GPS Tracker) அல்லது கையடக்கத் தொலைபேசியில் இருப்பிடத்தைக் கண்காணிக்கும் செயலி (Mobile Phone Location App) போன்ற தொழில்நுட்பத்தைப் பயன்படுத்தி, பின் தொடருதல் மூலம் நிகழ்நிலையாகவும் பௌதீக ரீதியாகவும் இது நிகழலாம்.

- தொழில்நுட்பமானது வீட்டு வன்முறை போன்ற பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறையின் (VAW) தற்போதைய வடிவங்களை மேலும் மோசமாக்குகிறது.

- இணைய ரீதியான கொடுமைப்படுத்தல் (Cyberbullying): ஒரு நபருக்கு மிரட்டும் படியான அல்லது அச்சுறுத்தும் படியான செய்திகளை அனுப்புதல், தகவல்களைத் திருடுதல் (Hacking), கெட் பிஸ்ஸிங் (Catfishing - போலியான அடையாளத்தை நிகழ்நிலையில் உருவாக்கி மற்றவர்களை ஏமாற்றவும் கட்டுப்படுத்தவும் பயன்படுத்துதல்), போலி சுயவிபரங்களை உருவாக்குவதன் மூலம் ஆள்மாறாட்டம் செய்தல், மின்னணு அல்லது இலத்திரணியல் சாதனங்கள் மூலம் நபர்களின் அனுமதியின்றி நிர்வாண அல்லது வெளிப்படையான புகைப்படங்களைப் பகிர்தல்.

- (செக்ஸ்டிங் - Sexting) ஒப்புதலளிக்கப்படாத பாலியல் ரீதியான தொலைபேசி அரட்டைகள்: பெறுநரின் அனுமதியின்றி நிர்வாண அல்லது வெளிப்படையான செய்திகள் அல்லது புகைப்படங்களை இலத்திரணியல் வழிகளில் பரிமாறுதல்

- (டொக்ஸிங் - Doxing) குறித்த நபரின் அனுமதியின்றி அந்த நபரைப் பற்றிய தனிப்பட்ட அல்லது அடையாளம் காணும் தகவல்களைப் பகிரங்கமாக வெளியிடுதல்.

பாலியல் இலஞ்சம் என்பது அதிகார நிலையில் உள்ள ஒருவர் (எ.கா., கிராம சேவையாளர், பொலிஸ் அதிகாரி, சமுர்த்தி அதிகாரி, நீதிபதி, முதலியவர்கள்) மக்களுக்குத் தகுதியான சேவைகள் அல்லது நன்மைகளை வழங்க பாலியல் ரீதியான சலுகைகள் தேவை என்று கோருவது அல்லது மறைமுகமாகக் கோருவது ஆகும்.

- இது ஊழலின் ஒரு வடிவமாகும். இங்கு பணத்திற்கு மாறாக பாலியல் தேவை இலஞ்சமாகிறது.
- சட்டத்தின் கீழ் அதிகார நிலையில் இருப்பவர்கள் தாங்கள் வழங்கும் சேவைகளுக்குப் பாலியல் சலுகைகள் உட்பட எந்த விதமான கட்டணத்தையும் கோர முடியாது.
- பாலியல் இலஞ்சமானது பெரும்பாலும் பெண் குடும்பத் தலைவர்கள் மற்றும் அவர்களது சமூகத்தில் உள்ள சக்தி வாய்ந்த நபர்களைச் சார்ந்திருக்கும் ஒற்றை, விதவை அல்லது விவாகரத்து செய்யப்பட்ட பெண்கள் போன்ற பாதிக்கப்படக்கூடிய நிலையிலுள்ள பெண்களை பாரிய அளவில் பாதிக்கிறது.
- பழிவாங்கப்படுவோம் என்ற பெண்களின் பயம் மற்றும் சமூக ரீதியான முத்திரை குத்தலை தாங்க வேண்டியிருப்பதால் இந்த சம்பவங்கள் அரிதாகவே பதிவாகின்றன.

3.4.5 வன்முறையில் இருந்து பாதுகாப்புப் பெறுவதை எவ்வாறு உறுதிப்படுத்திக் கொள்ள முடியும்?

சட்டப் பாதுகாப்பு:

சர்வதேச அளவில்:

- சமத்துவத்திற்கான உரிமை மற்றும் பாகுபாடு காட்டாமை போன்ற முக்கிய மனித உரிமைகளுக்கு ICCPR உத்தரவாதம் அளிக்கிறது. அதாவது சித்திரவதை மற்றும் கொடூரமான, மனிதாபிமானமற்ற அல்லது இழிவான நடாத்துகையிலிருந்து விடுதலை பெறுவதற்கான உரிமை, நபரின் சுதந்திரம் மற்றும் பாதுகாப்பிற்கான உரிமை, மற்றும் உயிர் வாழ்வதற்கான உரிமை என்பவற்றுக்கு உத்தரவாதம் அளிக்கிறது.
- பெண்களுக்கு எதிரான அனைத்து வகையான பாகுபாடுகளையும் ஒழிப்பதற்கான சமவாயக் (CEDAW) கமிட்டியின் பெண்களுக்கு எதிரான பால்நிலை அடிப்படையிலான வன்முறை தொடர்பான பொதுப் பரிந்துரை எண். 35, பெண்களுக்கு எதிரான பாலியல் மற்றும் பால்நிலை அடிப்படையிலான வன்முறையை (SGBV) உள்ளடக்கிய 'பாகுபாடு' என்ற சொல்லை வரையறுக்கிறது. பெண்களுக்கு எதிரான பால்நிலை அடிப்படையிலான வன்முறையானது பாலியல் பலாத்காரம், குடும்ப வன்முறை அல்லது தீங்கு விளைவிக்கும் நடைமுறைகள் உட்பட சில சூழ்நிலைகளில் சித்திரவதை அல்லது கொடூரமான, மனிதாபிமானமற்ற அல்லது இழிவான நடாத்துகையாக இருக்கலாம் என்பதையும் அங்கீகரிக்கிறது.

இலங்கை-

- அரசியலமைப்பின் 12ஆம் உறுப்புரை
- தண்டனைச் சட்டக் கோவை - பாலியல் பலாத்காரம், முறையற்ற பாலியல் தொடர்பு, கடுமையான பாலியல் துஸ்பிரயோகம் மற்றும் பாலியல் துன்புறுத்தல் ஆகியவற்றை குற்றமாக்குகிறது.
- 2023ஆம் ஆண்டின் 09ஆம் இலக்க ஊழல் எதிர்ப்புச் சட்டமானது பாலியல் இலஞ்சம் வழங்குவதையும் பெறுவதையும் குற்றமாக்குகிறது.
- 1983ஆம் ஆண்டின் 22ஆம் இலக்க ஆபாசமான வெளியீடுகள் (திருத்தம்) சட்டம் "ஆபாசமான" புகைப்படங்கள், திரைப்படங்கள் அல்லது காணொளிகளை விற்பது, விநியோகிப்பது, பகிரங்கமாக பகிர்வது அல்லது வைத்திருப்பதையும் கூட தடை செய்கிறது.
- 2007ஆம் ஆண்டின் 24ஆம் இலக்க கணினி குற்றச் சட்டம் கணினிகளை ஹேக் (Hack) செய்வதையும், கணினியின் பயனர் அல்லது உரிமையாளரின் அனுமதியின்றி எடுக்கப்பட்ட தகவல்களைப் பயன்படுத்துவதையும் தடை செய்கிறது.

நடைமுறையில்:

- பாலியல் வன்முறையை எதிர்கொண்ட அல்லது எதிர்கொள்ளும் எந்தவொரு பெண்ணும்:

  - இலங்கையின் ஒவ்வொரு காவல் நிலையத்திலும் பெண் காவல்துறை உத்தியோகத்தர்களைக் கொண்ட **சிறுவர்கள் மற்றும் பெண்களுக்கான பிரிவு** உண்டு. பெண்கள், காவல் நிலையத்தில் உள்ள குறித்த அதிகாரிகளுடன் பேச முடியும். பாதிக்கப்பட்டவரின் அடையாளம் மற்றும் அந்தரங்கத்தைப் பாதுகாப்பதற்காக இந்த அதிகாரிகளுடன் தனிப்பட்ட முறையிலும் பேச முடியும்.

  - பிரதேச செயலக அலுவலகத்தில் **மகளிர் அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர்** (WDO) ஒருவர் இருப்பார். அவர் பாதிக்கப்பட்டு தப்பிப்பிழைத்தவர்கள், மருத்துவமனை வசதிகள், ஆலோசனை வசதிகள் போன்ற தேவையான சேவைகளை பெற்றுக் கொள்வதற்கு பரிந்துரை செய்வார்.

  - பாலியல் இலஞ்சம் தொடர்பான முறைப்பாடுகளை **பொலிஸ் நிலையத்திற்கு** அல்லது **இலஞ்ச ஊழல் ஆணைக்குழுவிற்கு** முறையிடுங்கள்.

  - **அருகிலுள்ள பொலிஸ் நிலையத்திற்கோ** அல்லது கொழும்பில் அமைந்துள்ள **குற்றப் புலனாய்வுத் திணைக்களத்தின்** (CID) **இணையக் குற்றப் பிரிவினருக்கோ** நிகழ்நிலைசார் வன்முறை தொடர்பான முறைப்பாடுகளை முறையிடுங்கள். நாடு முழுவதும் உள்ள காவல் நிலையங்கள் நிகழ்நிலைசார் வன்முறை தொடர்பான முறைப்பாடுகளை இந்தப் பிரிவுக்கு அனுப்ப அறிவுறுத்தப்பட்டுள்ளது.

  - **கணினி அவசர தயார்நிலை குழு** (CERT) வழங்கும் நிகழ்நிலை துன்புறுத்தல் அல்லது வன்முறையால் பாதிக்கப்பட்டு தப்பிப்பிழைத்தவர்களுக்கு சமூக ஊடக வலைத்தளங்களில் புகார் செய்வது மற்றும் அவர்களின் நிகழ்நிலை பாதுகாப்பை மேலும் மீறுவதை எவ்வாறு தடுப்பது மற்றும் சிக்கல் நிறைந்த உள்ளடக்கத்தை எவ்வாறு அகற்றுவது என்பது பற்றி CERT ஆலோசனைகளைப் பெற தொடர்பு கொள்ளவும். இருப்பினும், தொழில்நுட்ப அடிப்படையிலான வன்முறை தொடர்பான புகார்களை CERT ஏற்க முடியாது.

  - இலங்கை பெண்கள் பணியகத்தால் இயக்கப்படும் **தேசிய பெண்கள் அவசர தொலைபேசி** எண் 1938 க்கு முறையிட முடியும். அப்பணியகம் உதவி மற்றும் நிவாரணங்களைப் பெறுவதற்கான பொருத்தமான நிறுவனங்களுக்குப் புகார்களை அனுப்புகிறது.

- இவற்றுக்கு மேலதிகமாக சமுதாயம் என்ற வகையில் பின்வருவனவற்றை அறிதல் முக்கியமானதாகும்:

  - பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறை (VAW) என்பது **பெண்ணின் தவறு அல்ல** என்பதைப் புரிந்து கொள்ளுங்கள். பாதிக்கப்பட்டவர்களை குற்றம் சாட்டுவதில் ஈடுபடாமல் இருப்பது அவசியமானதாகும்.

  - பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறை (VAW) பற்றி **கற்றுக் கொண்டு** அதைப் பற்றி வெளிப்படையாகப் பேசுங்கள். தப்பிப்பிழைத்தவர்களுக்கு ஆதரவளிக்க சமூகத்தில் என்ன சேவைகள் உள்ளன என்பதைக் கண்டறியவும்.

  - பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறையைப் பற்றி வெளிப்படையாகப் பேசுவதற்கு **பாதுகாப்பான சந்தர்ப்பங்களை உருவாக்குங்கள்.** சுய உதவிக்குழுக்கள் மூலம் இதைச் செய்வது எளிதானது. உள்ளூர் அதிகாரிகள் மற்றும் மருத்துவமனைகள், பாதிக்கப்பட்டு தப்பிப்பிழைத்தவர்களுக்கு பாதுகாப்பான இடமாக மாறுவதை உறுதிசெய்ய ஆலோசனை செய்யுங்கள்.

  - பரஸ்பர மரியாதை பற்றி தொடர்ந்து கலந்துரையாடலில் ஈடுபட ஆண் மற்றும் பெண் இருவரையும் ஊக்குவிக்கவும். ஆண்கள் மற்றும் ஆண் சிறுவர்களை ஈடுபடுத்துவது முக்கியம் என்பதை மக்கள் அங்கீகரிப்பதை உறுதிசெய்யவும்.

  - தப்பிப்பிழைத்தவர்களுக்கு, காவல் நிலையம், மருத்துவமனை, தங்குமிடம் வழங்கும் பெண்கள் அமைப்புகள், ஆலோசகர்கள் போன்ற சேவைகளை அணுக உதவுங்கள்.

செயற்பாடு 9 (பெரியவர்களுக்கானது): கட்டுக்கதைகள் மற்றும் உண்மைகள் வினா விடைப் போட்டி

1 போட்டிக்கான கேள்விகளைத் தயாரிக்கும் போது பங்கேற்பாளர்களை நான்கு குழுக்களாகப் பிரித்து, அவர்களின் குழுக்களுக்கு ஒரு 'பதிலளிப்பவரை' நியமிக்கச் சொல்லுங்கள்.

2 குழுவினால் கேள்விக்கு பதிலளிக்க முடியுமாக இருந்தால், பதிலளிப்பவரின் கடமை அவரின் கைகளை உயர்த்துவதாகும்.

3 முதலில் கையை உயர்த்தும் பதிலளிப்பவர், முதலில் பதிலளிக்கும்படி கேட்கப்படுவார். முதல் 'பதிலளிப்பவர்' தவறான பதிலைச் சொன்னால், இரண்டாவதாக கையை உயர்த்திய பதிலளிப்பவர் பதிலளிக்கலாம்.

4 குழுக்கள் "**சரி**" அல்லது "**தவறு**" என்று பதிலளிக்க வேண்டும். ஒரு குழு சரியான பதிலை வழங்கிய பிறகு சரியான பதிலை விளக்குங்கள்.

5 ஒவ்வொரு குழுவும் எத்தனை சரியான பதில்களைப் சொல்கின்றன என்பதைக் கணக்கிடுங்கள்.

6 அதிக எண்ணிக்கையிலான சரியான பதில்களை வழங்கிய குழு வெற்றி பெறும். வெற்றிபெறும் அணிக்கு காகித மலர் அல்லது காகிதத்தில் வெட்டப்பட்ட பூ அல்லது பதக்கம் வழங்குவதன் மூலம் அதை அங்கீகரிக்கவும்.

கூற்றுக்கள்:

A. ஒரு பெண் ஒரு ஆணின் வீட்டிற்கு பொழுது சாயும் வேளையில் சென்றால், அவள் சுயமாக பாலியல் நோக்கத்தை நிறைவேற்ற செல்கிறாள். பொய்

விளக்கம்: ஒரு தரப்பினரின் அனுமதியின்றி மேற்கொள்ளப்படும் பாலியல் செயல்களானது பாலியல் பலாத்காரம் அல்லது மற்றொரு பாலியல் வன்கொடுமை ஆகும். இது அதிகாரம் மற்றும் கட்டுப்பாடு பற்றியது, சம்மதம் பற்றியதல்ல. ஒரு நபரை "ஆபத்தானவராக" குற்றம் சாட்டுவது, குற்றவாளி-யின் செயல்களின் பொறுப்பை பாதிக்கப்பட்டுத் தப்பிப்பிழைத்தவர்களிடம் ஒப்படைக்கிறது.

B. ஆண்கள் பாலியல் வன்கொடுமைக்கு ஆளாகலாம். உண்மை

விளக்கம்: ஆண்கள் பாலியல் வன்கொடுமைக்கு ஆளாகி தப்பிப்பிழைத்தவர்களாக இருக்க முடியும். அவர்கள் மற்றொரு ஆணால் அல்லது ஒரு பெண்ணால் பாலியல் வன்கொடுமைக்கு ஆளாகலாம்.

C. பாலியல் ரீதியான குற்றங்கள் காவல்துறையினருக்கு குறைவாகவே அறிவிக்கப்படுகின்றன. உண்மை

விளக்கம்: சமூக இழிவு முத்திரை குத்தல், பயம் மற்றும்/ அல்லது அவநம்பிக்கை காரணமாக, பாலியல் வன்கொடுமை அல்லது பிற பாலியல் துஸ்பிரயோக சம்பவங்கள் குறைவாகவே பதிவாகியுள்ளன.

D. ஒரு பெண் உடை அணியும் விதம் தான் அவள் பலாத்காரத்திற்கு உள்ளாகுவதற்குக் காரணம். பொய்

விளக்கம்: பாலியல் வன்கொடுமை என்பது ஒரு நபர் உடுத்தும் விதம் அல்லது செயற்பாட்டின் விளைவு அல்ல. மற்றொரு நபரைத் தாக்க முடிவு செய்பவர் கட்டாயம் அந்த நபரைத் தாக்குவார். பாதிக்கப்பட்டு தப்பிப்பிழைத்தவர்கள் குற்றத்திற்கு துணை நின்றவர் அல்ல. இரவு நேரத்தில் தெருவில் ஒரு மனிதன் கடத்தப்படுகிறான். குற்றம் இடம்பெறும் போது நீங்கள் என்ன ஆடை அணிந்திருந்தீர்கள் என்று நாங்கள் கேட்போமா? அல்லது ஏன் இவ்வளவு தாமதமாக வெளியே வந்தாய்? போன்றவாறான வேறு வகையான கேள்விகளை நாம் கேட்போமா?

E. **பாலியல் குற்றவாளிகள் பெரும்பாலும் பாதிக்கப்பட்டுத் தப்பிப்பிழைத்தவர்களுக்குத் தெரிந்தவர்களே. உண்மை**

விளக்கம்: பெரும்பாலான பாலியல் வன்கொடுமைகள், பாதிக்கப்பட்டுத் தப்பிப்பிழைத்தவர்களுக்குத் தெரிந்த ஒருவரால் செய்யப்படுகின்றன. பாலியல் வன்கொடுமைகளுக்கு எதிராக முறைப்பாடு செய்யும் நபர்களில் சுமார் 80% பேர் தங்களைத் தாக்கிய நபரை அறிந்திருக்கிறார்கள் என்று ஆய்வுகள் சுட்டிக்காட்டுகின்றன.

F. **ஒரு பெண் “இல்லை” என்று கூறும்போது அவள் உண்மையில் கூற நினைப்பது “சிலவேளைகள் இருக்கலாம்” அல்லது ”ஆம்” என்று அர்த்தமாகும். பொய்**

விளக்கம்: ஒரு பெண்ணோ அல்லது ஆணோ “இல்லை” என்று கூறினால் அவன் அல்லது அவள் “இல்லை” என்றே கூறுகின்றனர். “இல்லை எனில் இல்லை.” அனுமதியின்றி உடலுறவு கொள்வது பாலியல் பலாத்காரம் ஆகும். ஒரு நபருக்கு தனது சொந்த உடல் தொடர்பில் தீர்மானம் எடுக்கும் உரிமை உண்டு.

G. **வயதானவர்கள், விசேட தேவையுடையவர்கள் அல்லது பார்ப்பதற்கு அழகாக இல்லாதவர்கள் ஒருபோதும் பாலியல் வன்கொடுமைக்கு ஆளாக மாட்டார்கள். பொய்**

விளக்கம்: இளமையான, அழகான பெண்கள் மட்டுமே பாலியல் வன்கொடுமைக்கு ஆளாகிறார்கள் என்ற கட்டுக்கதை, பாலியல் வன்கொடுமை பாலியல் மற்றும் உடல் ஈர்ப்பை அடிப்படையாகக் கொண்டது என்ற கட்டுக்கதையிலிருந்து உருவாகிறது. பாலியல் வன்கொடுமை என்பது அதிகாரம் மற்றும் கட்டுப்பாட்டின் அடிப்படையிலான குற்றமாகும். குற்றவாளிகள் பெரும்பாலும் தாக்குதலின் போது இலகுவில் பாதிக்கப்படக்கூடிய நபர்களை அல்லது அதிகாரத்தை உறுதிப்படுத்த முடியும் என்று அவர்கள் நம்பும் நபர்களைத் தேர்வு செய்கிறார்கள்.

H. **பாலியல் வன்கொடுமைக்கு ஆளாகி பாதிக்கப்பட்டுத் தப்பிப்பிழைத்தவர்கள் எப்பொழுதும் குழப்பமடைந்தவர்களாகவும், திசை திருப்பப்பட்டவர்களாகவும் உள்ளனர். பொய்**

விளக்கம்: பாலியல் வன்கொடுமைக்கு ஆளாகி தப்பிப்பிழைத்தவர்கள் அமைதி, குழப்பமடைதல், விலகல், கோபம், அக்கறையின்மை, மறுப்பு மற்றும் அதிர்ச்சி. உள்ளிட்ட பல உணர்ச்சிகளைக் காட்டலாம்: பாலியல் வன்கொடுமைக்கு ஆளாகியிருப்பது மிகவும் அதிர்ச்சிகரமான அனுபவமாகும், மேலும் தாக்குதலுக்கான எதிர்வினைகள் மற்றும் அனுபவத்தின் மூலம் செயலாக்கத் தேவைப்படும் நேரத்தின் அளவு ஒவ்வொரு நபருக்கும் மாறுபடும். பாலியல் வன்கொடுமைக்கு எதிர்வினையாற்ற ”சரியான வழி” என்ற ஒன்று எதுவும் இல்லை.

I. **ஆண்கள் பாலியல் ரீதியாக தூண்டப்பட்டவுடன் அவரால் தனக்கு தானே உதவிக் கொள்ளவோ அல்லது நிறுத்தவோ முடியாது. பொய்**

விளக்கம்: சம்மதம் இல்லாமல் பாலியல் செயற்பாடுகளை கட்டாயப்படுத்துவது குற்றவாளியின் ஒரு தேர்வாகும். பாலியல் பலாத்காரம் என்பது ஒரு ஆக்கிரமிப்பு மற்றும் வன்முறை செயலாகும். இது மற்ற நபர் மீது கட்டுப்பாட்டை விதிக்க பயன்படுகிறது. இது உண்மையாக இருந்தால், ஒரு ஆண் உடலுறவு (ஒப்புதல் பெற்ற துணையுடன்) கொள்வதை நினைத்துப் பாருங்கள் மற்ற நபரின் பெற்றோர் அறை வழியாக நடந்து சென்றால் - அவர் நிறுத்துவாரா? ஆம், அவன் நிறுத்தி, அவனுடைய ஆடைகளை எடுத்துக்கொண்டு ஓடிவிடுவான்!

J. **ஒரு நெருங்கிய துணை, மற்ற துணையிடமிருந்து நிர்வாண புகைப்படங்களைக் கோருவதற்கான உரிமை உண்டு. பொய்**

விளக்கம்: உங்கள் துணையுடன் நெருக்கமான புகைப்படங்களைப் பகிர விரும்புகிறீர்களா என்பதைத் தீர்மானிக்க உங்களுக்கு உரிமை உள்ளது. இல்லை என்று சொன்னாலும் திரும்பத் திரும்பக் கேட்பது, மிரட்டுவது அல்லது அத்தகைய புகைப்படங்களைக் கோருவது போன்ற நடத்தைகள் துன்புறுத்தலாகும்.

K. **கிராம உத்தியோகத்தர் உங்களை அரசாங்கத்திடம் இருந்து உலர் உணவுப் பொருட்களைப் பெறுவதற்கு காலை 5 மணிக்கு அவரது அலுவலகத்திற்கு வருமாறு கேட்டால், நீங்கள் செல்ல மறுக்கலாம். உண்மை**

விளக்கம்: பாலியல் இலஞ்சம் பல வடிவங்களில் உள்ளது. அதிகாரப் பதவியில் இருப்பவர்களை அவர்களின் அலுவலக நேரத்திற்குப் புறம்பாக வெளியே சந்திப்பதற்கான கோரிக்கைகள் உங்களுக்கு சங்கடமாக இருந்தால், நீங்கள் அவ்வாறு செல்ல மறுக்கலாம். நீங்கள் அவர்களை சந்திக்கவில்லை என்றால் உங்கள் உரிமைகளை பறிப்பதாக அவர்கள் மிரட்ட முடியாது.

L. பேரூந்தில் ஒரு நபர் உங்களை, கைகளால் பிடித்தால் அருகில் உள்ள பொலிஸ் நிலையத்தில் அவருக்கெதிராக முறைப்பாடளிக்கலாம். உண்மை

விளக்கம்: இது பாலியல் துன்புறுத்தலாகும். இது குற்றவியல் தண்டனைச் சட்டக்கோவையின் சட்டத்தின் கீழ் குற்றமாகும்.

3.5 பாதுகாப்பான தொழிலாளர் குடியகல்வு

3.5.1 அறிமுகம்

உத்தியோகபூர்வ புள்ளிவிபரங்களின்படி, இலங்கையில் வேலைக்காக வெளிநாடுகளுக்குச் செல்லும் (குடியேறும்) மொத்த மக்களில் மூன்றில் ஒரு பகுதியினர் பெண்களாவர். உண்மையான எண்ணிக்கை இதைவிட அதிகமாக இருக்கலாம். அவர்கள் தங்கள் சம்பளத்தை வீட்டிற்கு அனுப்பும் போது அவர்கள் பொருளாதாரத்திற்கு குறிப்பிடத்தக்க பங்களிப்பை செய்கிறார்கள். பெண்கள் நாட்டின் பிற பகுதிகளிலும் வேலை செய்கிறார்கள். அது அவர்களை வீட்டை விட்டு வெளியே வாழ நிர்பந்திக்கிறது. எனவே, பாதுகாப்பான குடியகல்வு என்றால் என்ன?, சுரண்டல் போன்ற ஆபத்துக்களில் இருந்து பெண்கள் தங்களை பாதுகாத்துக் கொள்ள என்ன செய்யலாம் என்பதை இந்தப் பகுதி விவாதிக்கிறது.

3.5.2 குறிக்கோள்கள்

பங்கேற்பாளர்கள்களுக்கானது:

- பாதுகாப்பான குடியகல்வு என்றால் என்ன மற்றும் தொழிலாளர் குடியகல்வு செயல்முறைக்குள் எப்படி சுரண்டல் மற்றும் துஸ்பிரயோகம் இடம்பெறும் என்பதை தெளிவாகப் புரிந்து கொள்ளுவார்கள்.
- இத் தகவல்கள் மூலம், இலங்கையிலோ அல்லது வெளிநாட்டிலோ வேலை தேடும் போது ஆட்கடத்தல் மற்றும் பிற துஸ்பிரயோகங்களில் இருந்து தங்களை பாதுகாத்துக்கொள்ளுவார்கள்.

3.5.3 ஏன் இந்த விடயத்தில் கவனம் செலுத்த வேண்டும்?

- தங்கள் குடும்பத்திற்கும் தமக்கும் சிறந்த வாழ்க்கையை அமைத்துக் கொள்ள வேண்டும் என்பதற்காக பல பெண்கள் உள்நாட்டிலும் வெளிநாட்டிலும் வேலை தேடுகிறார்கள்.
- அவர்களின் எதிர்காலத்தைப் பற்றி முடிவு செய்வது, அவர்களின் வாழ்க்கைத் தரத்தை மேம்படுத்துவது, குடும்பத்தைப் பாதுகாப்பது மற்றும் வாழ்க்கைச் சம்பளத்தைப் பெறுவது என்பன அவர்களின் உரிமையாகும்.
- வெளிநாட்டில் வேலை செய்பவர்கள் அனுப்பும் பணமானது, இலங்கையின் வெளிநாட்டு வருமானத்தின் மிகப்பெரிய வருமான மூலமாகும். இது 2022 இல் அண்ணளவாக மூன்று பில்லியன் அமெரிக்க டொலர்களாக இருந்தது. வெளிநாட்டில் வேலை செய்யும் பெண் தொழிலாளர்கள் இலங்கையின் வெளிநாட்டுப் பணப்பரிமாற்றங்களுக்கு பங்களிக்கின்றனர்.
- இருப்பினும், வெளிநாட்டு வேலைவாய்ப்பை நாடும் பெண்களில் பெரும்பாலானோர் திறமை குறைந்தவர்கள் அல்லது திறனற்றவர்கள். எனவே, வீட்டு வேலை செய்பவர்கள், வீட்டுப் பணியாளர்கள் போன்ற குறைந்த ஊதியம் பெறும் வேலைகளுக்கு மட்டுமே அவர்களால் இடம்பெயர முடியும்.
- தங்கள் குடும்பத்தை ஆதரிப்பதற்காக நாட்டின் பிற பகுதிகளில் வேலை தேடும் ஏழை மற்றும் கிராமப்புற சமூகங்களைச் சேர்ந்த பெரும்பாலான பெண்களும் குறைந்த திறன் அல்லது திறமையற்றவர்கள் ஆவார். எனவே, அவர்கள் வீட்டு வேலையாட்கள், ஆடைத் தொழிற்சாலை தொழிலாளர்கள் போன்றவர்களாக பணியாற்ற வேலை தேடுகிறார்கள்.
- சிலர் முறையற்ற வழிமுறைகள் மூலம் எ.கா. நண்பர்கள் மற்றும் அக்கம்பக்கத்தினர் மூலம், போலி கடவுச்சீட்டுகளுடன், வருகையாளர் விசாவில், பணி அங்கீகாரம் இல்லாமல் இடம்பெயர முயற்சி செய்கிறார்கள்.
- முறையற்ற மற்றும் குறைந்த திறன் கொண்ட புலம்பெயர் பெண்கள், இடைத்தரகர்கள், முதலாளிகள், பங்குதாரர்கள் மற்றும் பிறரிடமிருந்து வன்முறை மற்றும் துஸ்பிரயோகத்தின் அபாயத்தை எதிர்கொள்ளலாம்.
- அவர்கள் குறிப்பாக சுரண்டல், துஸ்பிரயோகம், வன்முறை, கட்டாய உழைப்பு மற்றும் ஆட்கடத்தல் போன்ற ஆபத்தில் உள்ளனர்,

எ.கா: தொழில் வழங்குநரால் அடித்து துன்புறுத்தப்படுதல், கைதிகளாக வீட்டில் வைத்திருப்பது, அவர்களது கடவுச்சீட்டு அல்லது தேசிய அடையாள அட்டைகளை எடுத்துச் செல்வது, உணவு அல்லது தண்ணீர் இல்லாமல் பட்டினி கிடக்கச் செய்தல், பாலியல் பலாத்காரம். ஊதியம் வழங்காமை போன்றவற்றைக் குறிப்பிட முடியும்.

- வீட்டுச் சமூகங்கள் மற்றும் அவர்கள் சென்றிருக்கும் சமூகங்கள் இரண்டும் சில நேரங்களில் புலம்பெயர்ந்த பெண் தொழிலாளர்களிடம் எதிர்மறையான அணுகுமுறைகளைக் காட்டுகின்றன. எ.கா. அவர்களின் பணியை குறைத்து மதிப்பிடுதல், அவர்கள் தொழில் செய்யும் நாட்டில் உள்ளவர்களின் வேலைகளை எடுத்துக்கொள்கிறார்கள். அவர்களுக்கு பாதுகாப்பு ஆபத்து, அவர்கள் ஒழுக்கம் இல்லாதவர்கள் (அவர்கள் 'எளிதான' பெண்கள் அல்லது அவர்கள் திருடுகிறார்கள்) போன்றவை.

- எனவே, வெளிநாட்டிற்கு வேலைக்குச் செல்லும் அல்லது நாட்டிற்குள் வேலை தேடும் பெண்கள், சுரண்டலில் இருந்து தங்களைப் பாதுகாத்துக்கொண்டு பாதுகாப்பாக இருப்பது முக்கியமாகும்.

3.5.4 பாதுகாப்பான தொழிலாளர் குடியகல்வு என்றால் என்ன?

- பாதுகாப்பான தொழிலாளர் குடியகல்வு என்ற கருத்து பொதுவாக வெளிநாட்டு வேலைவாய்ப்பு தொடர்பாக பயன்படுத்தப்படுகிறது. ஆனால் இங்கே அது வெளிநாட்டு வேலைவாய்ப்பு மற்றும் நாட்டிற்குள் இருக்கும் வேலைவாய்ப்பைக் குறிக்கப் பயன்படுத்தப்படும்.

- பாதுகாப்பான தொழிலாளர் குடியகல்வு என்பது புலம்பெயர்ந்தோர் அவர்களின் உடல்நலம், சட்ட அந்தஸ்த்து அல்லது வாழ்க்கை தொடர்பான எந்த ஆபத்துகளிலிருந்தும் பாதுகாக்கப்படுவதைக் குறிக்கிறது.

- இதன் பொருள், முதல் கட்டமாகஇ குடியகல்வது பற்றிய தகவலறிந்த முடிவை எடுப்பதற்கு தேவையான அனைத்து தகவல்களையும் அணுகுவதாகும். எ.கா. அவர்கள் ஏன் வேலை வாய்ப்பை விரும்புகிறார்கள் என்பது பற்றிய தெளிவான புரிதல்இ வெளிநாடு சென்றால், அந்நாட்டில் உள்ள நிலைமைகள்இ வேலை மற்றும் வேலை நிலைமைகளின் தன்மைஇ பணியமர்த்துபவர் அல்லது வேலைவாய்ப்பு நிறுவனம் பற்றிய பின்னணி தகவல்இ அவர்கள் சிக்கல் அல்லது ஆபத்தில் இருந்தால் அவர்களுக்கு உதவக்கூடிய நிறுவனங்கள் அல்லது நபர்கள் பற்றிய தகவல்கள் போன்றவற்றைக் குறிப்பிடலாம்.

- எந்தப் பிரச்சனையும் இன்றி வேலை செய்யும் காலத்தை முடித்துவிட்டு வீடு திரும்புவதையும் இது குறிக்கும்.

- வழக்கமான வழிகள் மூலம் வேலை தேடுவது எப்போதும் பாதுகாப்பான அனுபவத்திற்கு உத்தரவாதம் அளிக்காது.

- முறையற்ற வழிகளில் வெளிநாடுகளுக்கு இடம்பெயர்ந்தவர்கள் கூட வெளிநாட்டில் தங்கி வேலை செய்து பாதுகாப்பாக திரும்பலாம்.

- இருப்பினும், ஒரு வழக்கமான மற்றும் சட்ட நடைமுறையைப் பின்பற்றுவது வெளிநாட்டு வேலைவாய்ப்பிற்கு எப்போதும் அறிவுறுத்தப்படுகிறது, ஏனெனில் இது ஒரு பாதுகாப்பு கவசமாக செயற்படுகிறது. ஒரு புலம்பெயர்ந்த தொழிலாளி வெளிநாட்டில் ஏதேனும் சிரமத்தை எதிர்கொண்டால், வழக்கமான மற்றும் சட்டப்பூர்வ வழிகள் மூலம் வேலைவாய்ப்பைப் பெற்றிருந்தால் அவர்கள் உதவி பெற முடியும்.

- புலம்பெயர்ந்த தொழிலாளர்கள் ஆட்கடத்தல் பற்றி அறிந்திருத்தல் வேண்டும்.

3.5.5 ஆட்கடத்தல் என்றால் என்ன?

- எளிமையான சொற்களில், ஆட்கடத்தல் என்பது இலாபத்திற்காக மக்களை விற்பது ஆகும். இது நவீன கால அடிமைத்தனத்தின் ஒரு வடிவம் ஆகும்.

- உழைப்புக்காகவும், பாலியல் தொழிலுக்காகவும் (விபச்சாரம்) மனித உடலுறுப்புகளைப் பெறுவதற்காகவும் மக்கள் கடத்தப்படலாம்.

- எல்லா வயதினரும், எல்லாப் பின்னணியிலிருந்தும் ஆண்களும், பெண்களும், சிறுவர்களும் இந்தக் குற்றத்திற்கு பலியாக்கப்படலாம்.

- ஆனால் பெண்களே முதன்மையான இலக்குகள் ஆவர். அத்துடன் இளம் பெண்கள் முக்கியமாக பாலியல் தொழிலுக்காக கடத்தப்படுகிறார்கள்.

- கடத்தல்காரர்கள் பயம், வன்முறை, மிரட்டல், அச்சுறுத்தல்கள், மோசடி மற்றும் தவறான வாக்குறுதிகளைப் பயன்படுத்தி பாதிக்கப்பட்டுத் தப்பிப்பிழைத்தவர்களை அவர்களின் விருப்பத்திற்கு மாறாக கட்டுப்படுத்தவும் சுரண்டவும் பயன்படுத்துகிறார்கள். எ.கா: உடல் மற்றும் பாலியல் ரீதியான துஸ்பிரயோகம், நிர்வாண

புகைப்படங்கள் அல்லது கடத்தல்காரர்கள் அவர்களது குடும்பங்களுக்கு தீங்கு விளைவிக்கப் போவதாக கூறி அச்சுறுத்துதல், உணர்ச்சிகளைக் கையாளுதல், கடவுச்சீட்டு அல்லது தேசிய அடையாள அட்டைகளை எடுத்துச் செல்லுதல், பட்டினியால் வாடச் செய்தல், அவர்களைக் காதலிப்பது போல் நடித்து திருமணம் செய்து கொள்வதாக உறுதியளித்தல் போன்றவற்றைக் குறிப்பிடலாம்.

- சுரண்டல் அவர்களின் சொந்த ஊரில் அல்லது இலங்கையின் பிற பகுதிகளில் அல்லது இலங்கைக்கு வெளியேயும் நடக்கலாம்.
- கடத்தல்காரர்கள் எந்த நபராகவும் இருக்கலாம். அவர்கள் அயல் வீட்டாராகவோ, நண்பராகவோ, குடும்ப உறுப்பினராகவோ, அப்பகுதியில் உள்ள அரசியல்வாதியாகவோ, அப்பகுதியில் உள்ள குற்றவாளிக் கும்பலாகவோ அல்லது அரச அதிகாரியாகவோ இருக்கலாம்.
- மக்கள், ஏழைகள் அல்லது கல்வியை தொடர முடியாதவர்கள் அல்லது வேலை இல்லாமை போன்ற பல்வேறு காரணங்களுக்காக கடத்தல்காரர்களை நோக்கித் தள்ளப்படுகின்றனர். ஏனென்றால் தகவலறிந்து முடிவெடுக்க அவர்களிடம் அனைத்துத் தகவல்களும் இல்லாமல் இருக்கும்.

3.5.6 புலம்பெயர்ந்த பெண்கள் தங்களை எவ்வாறு பாதுகாத்துக் கொள்ள முடியும்?

சட்டப் பாதுகாப்பு:

- தண்டனைச் சட்டக்கோவை ஆட்கடத்தலை குற்றமாக ஆக்கியுள்ளது.
- 1985ஆம் ஆண்டின் 21 ஆம் இலக்க இலங்கை வெளிநாட்டு வேலைவாய்ப்பு பணியகத்தின் (SLBFE) சட்டத்தின்படி வேலைக்காக வெளிநாடு செல்லும் அனைவரும் இலங்கை வெளிநாட்டு வேலைவாய்ப்பு பணியகத்தில் (SLBFE) தங்களைப் பதிவு செய்து கொள்ள வேண்டும்.
- 2006ஆம் ஆண்டின் 31 ஆம் இலக்க குடிவரவு மற்றும் குடியகல்வு திருத்தச் சட்டம், வேலைவாய்ப்பிற்காக ஒருவரை ஏமாற்றி வெளிநாட்டுக்குச் செல்வதை குற்றமாக்கியுள்ளது.
- 2015ஆம் ஆண்டின் 04 ஆம் இலக்க குற்றச்செயல்களால் பாதிக்கப்பட்டோருக்கும் சாட்சியாளருக்குமான உதவி மற்றும் பாதுகாப்பு சட்டமானது பாதிக்கப்பட்டுத் தப்பிப்பிழைத்தவர்களுக்கு இழப்பீடு வழங்குகிறது.

நடைமுறையில்:

- வெளிநாட்டு வேலைக்காக இடம்பெயர விரும்பும் பெண்கள், பின்வருவோரை தொடர்பு கொண்டு வெளிநாட்டு வேலைவாய்ப்பு தொடர்பாக தகவல்களைப் பெற்றுக் கொள்ள முடியும்.
  - வெளிநாட்டு வேலைவாய்ப்பு மேம்பாட்டு அதிகாரி மற்றும்/அல்லது அருகிலுள்ள பிரதேச செயலக (DS) அலுவலகத்தின் புலம்பெயர்ந்தோர் தகவல் மையம்.
  - இலங்கை வெளிநாட்டு வேலைவாய்ப்பு பணியகத்தின் (SLBFE) அருகிலுள்ள கிளைக்கு செல்ல முடியும்.
  - புலம்பெயர்ந்தோர் வட்டம் அல்லது அப்பகுதியில் புலம்பெயர்ந்தோர் பிரச்சினைகளில் பணிபுரியும் சிவில் சமூக அமைப்புக்கள் (CSO).
- நாட்டின் வேறொரு பகுதியில் வேலை வாய்ப்பைப் பெற விரும்பும் அல்லது பெற்ற பெண் ஒருவர் பின்வருவோரை தொடர்பு கொண்டு வேலைவாய்ப்புத் தொடர்பாக தகவல்களைப் பெற்றுக் கொள்ள முடியும்.
  - இது பாதுகாப்பான வேலையா அல்லது சமூகத்தில் வேறு வருமானம் ஈட்டும் வேலை உள்ளதா என்பதைப் பற்றி கலந்துரையாட அப்பகுதியில் உள்ள பெண்கள் அபிவிருத்தி உத்தியோத்தர் (WDO) அல்லது சிவில் சமூக அமைப்பை (CSO) தொடர்பு கொள்ளவும்.
  - அவர்கள் உறுப்பினராக இருக்கும், பெண்கள் அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர் (WDO), சிவில் சமூக அமைப்பு (CSO), அல்லது பிற சமூக அளவிலான பெண்கள் அமைப்புக்களுடன் வீட்டை விட்டு வெளியே செல்வதால் ஏற்படும் நன்மை தீமைகளைப் பற்றி கலந்துரையாடவும்.
- ஒரு பெண் கடத்தல் அல்லது சுரண்டல் போன்ற சூழ்நிலையை எதிர்கொண்டால், அது தொடர்பில் பின்வரும் இடங்களுக்கு புகார் செய்ய முடியும்.
  - **அருகிலுள்ள காவல் நிலையம்.** ஒவ்வொரு காவல் நிலையத்திலும் உள்ள இலங்கை

காவல்துறையின் சிறுவர்கள் மற்றும் பெண்கள் பிரிவில் பெண் காவல்துறை அதிகாரிகள் பணியாற்றுகின்றனர். பெண்களும் இந்த அதிகாரிகளுடன் காவல் நிலையத்தில் பேசலாம். தப்பி பிழைத்தவரின் அடையாளம் மற்றும் அந்தரங்கமான விடயங்களைப் பாதுகாப்பதற்காக இந்த அதிகாரிகளுடன் தனிப்பட்ட முறையில் பேச முடியும்.

- பிரதேச செயலக அலுவலகத்தில் இருக்கும் **கிராம சேவை உத்தியோகத்தர்** அல்லது **பெண்கள் அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர்** (WDO) பாதிக்கப்பட்டுத் தப்பிப்பிழைத்தவர்களை மருத்துவமனைகள், ஆலோசகர்கள் போன்ற தேவையான சேவைகளுக்கு அனுப்பலாம்.
- இலங்கை பெண்கள் பணியகத்தால் இயக்கப்படும் **தேசிய பெண்கள் அவசர தொலைபேசி எண் 1938**. இது உதவி மற்றும் நிவாரணத்திற்காக பொருத்தமான நிறுவனங்களுக்கு புகார்களை அளிக்கிறது.

செயற்பாடு 10 (பெரியவர்களுக்கானது):

1 பங்கேற்பாளர்களுக்கு பின்வரும் கூற்றுகளைப் படித்துக் காட்டவும்.

2 அந்தக் கூற்றுகள் ‘சரியா’ அல்லது ‘தவறா’ என்பதை அவர்கள் அடையாளம் காண வேண்டும்.

3 ‘பொய்யான’ கூற்றுகளைத் திருத்தச் சொல்லுங்கள். ‘யதார்த்தம்’ என்பதன் கீழ் உள்ள விளக்கங்கள் நெறிப்படுத்துனரின் நன்மைக்காகவே உள்ளன.

A. அரசாங்கத்தில் பதிவுசெய்யப்பட்ட புகழ்பெற்ற ஆட்சேர்ப்பு முகவர் நிலையங்கள் மூலம் வேலைக்காக வெளிநாடு செல்லும் பெண்கள் எப்போதும் பாதுகாப்பாகவும், மகிழ்ச்சியான அனுபவத்தையும் கொண்டுள்ளார்கள். (தவறு)

யதார்த்தம்: வெளிநாட்டு வேலைவாய்ப்புக்கான பாதுகாப்பான வழியாக இருந்தாலும், பெண்களுக்கு, எப்போதும் பாதுகாப்பான அனுபவத்தினை வழங்கும் என உத்தரவாதம் இல்லை. ஆனால், அவர்கள் வழக்கமான, அங்கீகரிக்கப்பட்ட வழிகள் மூலம் சென்று அவர்கள் சுரண்டலை எதிர்கொண்டால் உதவியை நாடலாம்.

B. ஆட்கடத்தல் எப்போதும் ஒரு வன்முறைக் குற்றமாகும். இது நபரைக் கடத்தும் செயற்பாட்டில் ஈடுபடும். (தவறு)

யதார்த்தம்: ஆட்கடத்தல்காரர்கள் பெரும்பாலும், உடல் ரீதியாக அல்லாத கையாளுதல், மோசடி, ஏமாற்றுதல் மற்றும்.·.அல்லது பாதிக்கப்பட்டுத் தப்பிப்பிழைத்தவர்களை வணிக ரீதியான அல்லது பாலியல் ரீதியான உழைப்புக்குச் சுரண்டுவதற்கான மிரட்டல் ஆகியவற்றைப் பயன்படுத்துகின்றனர்.

C. ஆட்கடத்தலானது பாதிக்கப்பட்டுத் தப்பிப்பிழைத்தவரின் சொந்த நாட்டில் அல்லது அவர்களின் சொந்த வீட்டில் கூட நடக்கலாம். (சரி)

D. கடத்தப்பட்ட அனைத்துப் பெண்களும் விபச்சாரிகளாக வணிக பாலியல் வர்த்தகத்தில் பயன்படுத்தப்படுகிறார்கள். (தவறு)

யதார்த்தம்: உலகளவிய ரீதியில் பாலியல் தேவைக்கான கடத்தலை விட தொழிலாளர் தேவைக்கான கடத்தல் பெரும்பாலான சூழ்நிலைகளில் அதிகமாக உள்ளது. பெண்களை தொழிலுக்காக கடத்துவதை விட பாலியல் வியாபாரத்திற்காகவே அதிகம் கடத்தப்படுகிறார்கள். ஆனால் பெண்களும் கூலி வேலைக்காகவும் கடத்தப்படுகிறார்கள்.

D. புத்தளத்தைச் சேர்ந்த 20 வயது பெண்ணுக்கு கண்டியில் உள்ள ஹோட்டல் ஒன்றில் நல்ல சம்பளத்தில் வேலை வாங்கித் தருவதாக அயலவர் வாக்குறுதி அளித்துள்ளார். அவள் அங்கு இரவு நேர (Night shift) வேலை செய்வதாகவும் அவளிடம் சொல்கிறாள். அவளும் ஒப்புக்கொண்டாள். கண்டிக்கு செல்வதற்கு முன்பு ரூபா 20,000/ஸ்ரீ வழங்கப்பட்டது. அவளுடைய சம்பளத்தில் இருந்து முற்பணம் கொடுக்கப்பட்டதாகக் கூறப்பட்டது. அந்தப் பெண் தனது தாயாரிடம் பணத்தை வைத்துக் கொள்ள கொடுத்தாள். ஹோட்டலுக்குச் சென்ற போது, அது ஒரு விபச்சார விடுதி என்று தெரிந்து கொள்கிறாள். வீட்டிற்குச் செல்ல பணம் இல்லாததால் வேலைக்குச் செல்ல மறுத்த அவள், தனது அறையில் தன்னைப் பூட்டிக் கொண்டாள். அந்தப்பெண்ணுக்கு செலுத்தப்பட்ட பணத்தை அவள் ஏற்றுக்கொண்டாலும், இரவு நேரங்களில் வேலை செய்ய வேண்டும் என்று அவளுக்கு தெரிந்திருந்தாலும், ஹோட்டலை விட்டு வெளியே வருவதை யாரும் தடுக்காவிட்டாலும் கூட இது ஆட்கடத்தலாகும். (சரி)

F. பெரும்பாலான நேரத்தில் கடத்தப்பட்ட நபர்களுக்கு அவர்களை கடத்திச்செல்ல இலக்கு வைத்த நபர்கள் (கடத்தல்காரர்கள்) யார் என தெரியாது. (தவறு)

யதார்த்தம்: தப்பிப்பிழைத்தவர்களில் பெரும்பாலானோர், துணைவர்கள், பங்காளி, உறவினர்கள், பெற்றோர்கள் அல்லது நண்பர்கள் மற்றும் அயல் வீட்டாரால் கடத்தப்படுவதாக தெரிவிக்கின்றனர்.

3.6 ஊதியம் இல்லாத பராமரிப்பு வேலை மற்றும் சமூக-பொருளாதாரத்தைச் சார்ந்திருத்தல்

3.6.1 அறிமுகம்

நாட்டின் பொருளாதாரத்திற்கும் குடும்பங்களுக்கும் ஊதியமில்லாத கவனிப்பு வேலை முக்கியமானது. இருப்பினும், பெண்களும் மகளிரும் நியாயமற்ற வகையில் ஊதியம் இல்லாத பராமரிப்பு வேலைகளால் சுமைக்கு உட்படுத்தப்பட்டுள்ளனர். ஊதியம் இல்லாத பராமரிப்புப் பணியின் முக்கியத்துவத்தைப் பற்றியும், பெண்கள் மற்றும் மகளிர் மீதான ஊதியமற்ற பராமரிப்புப் பணியின் சுமையைக் குறைக்கவும் என்ன நடவடிக்கைகள் எடுக்கலாம் என்பது பற்றியும் இந்தப் பகுதி கலந்துரையாடுகிறது.

3.6.2 குறிக்கோள்கள்

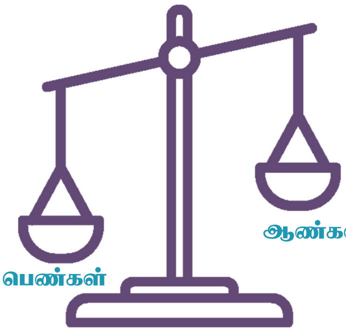
பங்கேற்பாளர்களுக்கானது:

- ஊதியம் பெறாத பராமரிப்பு வேலை பற்றிய எண்ணக்கருக்களையும் அது பெண்களின் உரிமைகளுடன் எவ்வாறு தொடர்புடையது என்பதையும் பற்றிப் புரிந்து கொள்ளுதல்.
- ஊதியமில்லாத பராமரிப்பு வேலையின் சுமையைக் குறைப்பதற்கும் அவர்களுடைய வாழ்வின் ஏனைய பகுதிகளை மேம்படுத்துவதற்கும் என்ன நடவடிக்கைகள் எடுக்க வேண்டும் என்பதைப் பற்றி அறிந்து கொள்ளுதல்.

3.6.3 ஏன் இந்த விடயம் தொடர்பாக கவனம் செலுத்தப்பட வேண்டும்?

- இலங்கை போன்ற வளர்ந்து வரும் நாடுகளில் பெண்களும் மகளிரும் பெரும்பாலான வீட்டு வேலைகளைச் செய்வதோடு குடும்ப உறுப்பினர்களைப் பராமரிக்கவும் வேண்டும்.
- இது பெரும்பாலும் சமூகங்களில் உள்ள பால்நிலை தொடர்பான முற்கற்பிதங்களின் விளைவாக ஏற்படுகிறது. வீட்டு வேலைகளை ஒரு பெண்ணின் பொறுப்பாகக் கருதுவது இதில் அடங்கும்.
- வீட்டு வேலைகளில் செலவழித்த நேரத்தின் அளவு எப்போதும் அதிகமாகத் தோன்றாது. ஆனால் இந்த நேரம் அதிகரித்துக் கொண்டே போகிறது.

உலகில் ஆண்களைவிட இரண்டில் இருந்து பத்து மடங்கு அதிக நேரத்தை ஊதியமில்லாத பணிகளுக்காக பெண்கள் செலவிடுகின்றனர்



- இந்த சமமற்ற முறையில் பொறுப்புகளை பகிர்ந்தளிப்பதனூடாக பெண்கள் மற்றும் மகளிர் நியாயமற்ற முறையில் நடாத்தப்படுகின்றனர். பெண்கள் தங்கள் வாழ்க்கையில் ஏனைய விடயங்களுக்கு செலவழிக்கும் நேரத்தை அது எடுத்துக் கொள்கிறது.

- இது பெண்கள் மற்றும் மகளிர் ஊதியத்திற்காக செய்யும் எந்தவொரு வேலையையும் நிறுத்துகிறது அல்லது கட்டுப்படுத்துகிறது. இதன் விளைவாக, அவர்கள் தந்தைகள், கணவர்கள், மகன்கள் மற்றும் மகள்கள் போன்ற பிற குடும்ப உறுப்பி-னர்களை நிதி ரீதியாக சார்ந்திருக்கிறார்கள்.

- பணிபுரியும் பெண்களுக்கு, ஊதியம் பெறாத பராமரிப்புப்பணி வேலைச்சுமையை இருமடங்காக அதிகரிக்கிறது.

- இது ஒரு பெண்ணுக்கு ஓய்வு நேரம் அல்லது தன்னைக் கவனித்துக் கொள்ள அனுமதிக்காது எ.கா: தொலைக்காட்சி பார்ப்பது, உடல்நிலை சரியில்லை என்றால் மருத்துவரிடம் செல்வது, அவள் சோர்வாக இருக்கும்போது தூங்குவது போன்றவற்றைக் குறிப்பிட முடியும்.

- இது நண்பர்களைச் சந்திக்க, அயல் வீட்டாரைச் சந்திக்க அல்லது சமூகக் கூட்டங்களுக்குச் செல்ல பெண்களுக்கு நேரத்தை வழங்காது.

- எனவே, பெண்கள் மற்றும் மகளிர் மீதான ஊதியமற்ற பராமரிப்புப் பணியின் சுமையைக் குறைப்பதற்கான வழிமுறைகளைக் கண்டுபிடிப்பது அவசியமாகும். இதனால் அவர்களுக்கு ஏனைய விடயங்களுக்கும் நேரம் கிடைக்கும்.

3.6.4 ஊதியமில்லாத பராமரிப்பு வேலை என்றால் என்ன?

- ஊதியம் பெறாத பராமரிப்பு வேலை என்பது ஒரு நபர் வீட்டில் செய்யும் அனைத்து வேலைகளும் ஆகும். அதற்காக அவர்கள் பணம் எதுவும் பெறுவதில்லை. உணவு தயாரித்தல், சமைத்தல், வீட்டைச் சுத்தம் செய்தல், தண்ணீர் சேகரித்தல், சிறுவர்கள் மற்றும் வயதான குடும்ப உறுப்பினர்களைப் பராமரித்தல் போன்ற வீட்டுக் கடமைகள் இதில் அடங்கும்.

- குடும்பம், சமூகம் மற்றும் பொருளாதாரம் சிறப்பாகச் செயற்படுவதற்கு வீட்டு வேலை மற்றும் குடும்ப உறுப்பினர்களைப் பராமரிப்பது முக்கியமானதாகும்.

- இருப்பினும், அதற்கு ஊதியம் செலுத்தப்ப-டாததால் அது குறைந்த மதிப்புடையதாகக் கருதப்படுகிறது, எனவே அது கண்ணுக்குப் புலப்படாதவாறு உள்ளது.

- எனினும் ஊதியம் பெறாத பராமரிப்பு பணிக்கு பண மதிப்பு கொடுக்கப்பட்டால், அது உலகப் பொருளாதாரத்தில் 1/10க்கு சமமாக இருக்கும் என்று ஆய்வுகள் சுட்டிக்காட்டுகின்றன.

- இலங்கையில் சிறுவர்கள், முதியவர்கள் மற்றும் விசேட தேவையுடையவர்களைக் கவனித்துக் கொள்ள வேண்டிய தேவையிருப்பதால் ஊதியம் இல்லாத பராமரிப்பு வேலைகளில் பெண்கள் அதிக நேரத்தைச் செலவிட வேண்டியுள்ளது.

- பகல்நேர பராமரிப்பு மையங்கள், விசேட தேவையடையவர்கள் மற்றும் சிறுவர்களுக்கான பாடசாலைகள் மற்றும் முதியோர்களுக்கான உதவி வாழ்க்கை வசதிகள் அல்லது முதியோர் இல்லங்கள் போன்ற போதிய பராமரிப்பு வசதி-களை அரசாங்கம் அல்லது பிற நிறுவனங்கள் வழங்காததே இதற்குக் காரணமாகும்.

- பெண்களுக்கும் ஆண்களுக்கும் இடையில் ஊதியம் இல்லாத பராமரிப்புப் பணியின் சமமற்ற பகிர்தல் பெண்களின் மனித உரிமைகளை மீறுகிறது.

- ஊதியத்துடனான வேலை செய்ய போதுமான நேரம் இல்லாததால் பெரும்பாலான பெண்கள் ஏழைகளாக மாறுகிறார்கள்.

- இது ஒரு பெண்ணின் ஓய்வுக்கான உரிமை, ஆரோக்கியத்திற்கான உரிமை மற்றும் சமூகத்துடன் வாழும் உரிமையையும் மீறுகிறது.

செயற்பாடு 11 (பெரியவர்கள் மற்றும் சிறுவர்களுக்கானது): ஊதியம் இல்லாத பராமரிப்பு வேலைகளைப் பற்றி விளங்கிக்கொள்ளுதல்

1. பங்கேற்பாளர்களைச் சிறிய குழுக்களாகப் பிரிக்கவும்.
2. பாதிக் குழுக்களிடம் மனைவியின் ஒரு நாள் வாழ்க்கையையும், மற்றைய குழுக்கள் கணவனின் ஒரு நாள் வாழ்க்கையையும் பற்றி கற்பனை செய்யச் சொல்லுங்கள்.
3. வீட்டில் உள்ள பெண்கள் மற்றும் ஆண்கள் 24 மணிநேரத்தில் செய்யும் பணிகளை ஆக்கப்பூர்வமாக வரையறை செய்யுமாறு அனைத்துக் குழுக்களையும் கேளுங்கள்.
4. பிளிப் சார்ட்டில் கருத்துக்களைக் குறித்துக்கொள்ளவும்.
5. குழுக்கள் கருத்துக்களைச் சமர்ப்பித்த பின்னர், குழுக்கள் பொதுவாக என்ன நினைக்கின்றன என்பதைக் கூறுமாறு குழுவிடம் கேளுங்கள், எ.கா. அனைத்துக் குழுக்களும் மனைவி சமையலுக்கு நேரம் ஒதுக்குவதாக கற்பனை செய்தல், கணவன் வேலைக்குச் செல்வதற்கோ அல்லது பத்திரிக்கை படிப்பதற்கோ நேரம் ஒதுக்குவார் என்று எல்லாக் குழுக்களும் நினைத்தல்.
6. ஊதியத்துடனான வேலை, சமூகப் பணி (நண்பர்களைச் சந்திப்பது, கிராமக் குழுக் கூட்டங்களில் கலந்துகொள்வது போன்றவை) மற்றும் கவனிப்புப் பணி ஆகிய வகைகளின் கீழ் வழங்கப்பட்ட செயற்பாடுகளைப் பட்டியலிடுங்கள்.
7. யார் எந்த வகையான வேலையில் அதிக நேரம் செலவிடுகிறார்கள் என்பதைப் பற்றி கலந்துரையாடவும். ஊதியம் பெறாத பராமரிப்புப் பணிகளில் பெண்கள் அதிக நேரம் செலவிடுகிறார்கள் என்பதை இந்தப் பயிற்சி பெரும்பாலும் வெளிப்படுத்தும். அதை குழுவில் வலியுறுத்தவும்.

3.6.5 பெண்கள் மீதான ஊதியமில்லாத பராமரிப்புப் பணியின் சுமையை எவ்வாறு குறைக்க முடியும்?

ஊதியம் இல்லாத பராமரிப்பு வேலை இலங்கையின் சட்டத்தில் அங்கீகரிக்கப்படவில்லை. இருப்பினும், ஊதியம் இல்லாத பராமரிப்புப் பணியின் சுமையைக் குறைக்க பெண்கள் தனியாகவும் கூட்டாகவும் எடுக்கக்கூடிய படிமுறைகள் உள்ளன:

ஊதியம் பெறாத பராமரிப்பு வேலை என்றால் என்ன என்பதைப் பற்றிக் கற்றுக் கொள்ளுங்கள்.

- இந்த அறிவை குடும்பத்தினர், நண்பர்கள் மற்றும் அயல் வீட்டாருடன் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்.
- ஒவ்வொரு நபரும் ஒவ்வொரு நாளும் ஊதியம் இல்லாத பராமரிப்பு வேலைகளில் எவ்வளவு நேரம் செலவிடுகிறார்கள் என்பதைப் பற்றி சிந்திக்கும்படி அவர்களிடம் கேளுங்கள்.
- ஒவ்வொரு நாளும் ஊதியம் பெறாத பராமரிப்புப் பணியில் அதிக நேரம் செலவிடப்படுவதை மக்கள் அறிந்துகொள்ள இது வழிவகுக்கும். இந்தப் பணியை பெண்கள் அதிகம் செய்கிறார்கள்.

பிற குடும்ப உறுப்பினர்களிடம் ஊதியம் இல்லாத பராமரிப்புப் பணிக்கு உதவுமாறு கேளுங்கள்.

- ஆண்களை சமைக்கக் கற்றுக்கொள்ளவும், சிறுவர்களுக்கு உணவளிக்கவும், சிறுவர்களுக்கு ஆடை அணிவிக்கவும் அல்லது வீட்டை சுத்தம் செய்யவும் உதவுமாறு கூறுதல்
- மகன்கள் மற்றும் மகள்கள் இருவரையும் வீட்டு வேலைகளில், குறிப்பாக சமையல் மற்றும் வீட்டைச் சுத்தம் செய்வதில் உதவுமாறு கேளுங்கள்.
- ஊதியமில்லாத பராமரிப்புப் பணிகளில் செலவழித்த நேரத்தை மறுபகிர்வு செய்வது அவர்களுக்கு மற்ற நடவடிக்கைகளில் ஈடுபட அதிக நேரத்தை வழங்கும்.

சுய உதவிக் குழுக்கள் (SHG) அல்லது பிற பெண்கள் கூட்டணிகளை உருவாக்குவது போன்ற சமூக மட்டத்தில் கூட்டணிகளை ஒழுங்கமைத்தல்.

- ஊதியம் பெறாத பராமரிப்பு வேலை பற்றிய கலந்துரையாடல்களுக்கு ஆண்களை அழைக்கவும். சிறிய படிகளே பெரிய மாற்றங்களை நிகழ்த்திக்காட்டும் என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள். ஆண்கள் உடனடியாக தங்கள் வழிகளை மாற்றிக் கொள்ளாவிட்டாலும், கூட்டங்களில் தவறாமல் கலந்துகொள்வதை உறுதிசெய்வது சரியான திசையின் ஒரு படியாகும்.
- சமூகத்தில் சுயதொழில் அல்லது வணிக வாய்ப்புகளைக் கண்டறிய இந்தக் கூட்டணிகளைப் பயன்படுத்தவும்.
- இது பணம் சம்பாதிப்பதற்கான வாய்ப்புகளை அதிகரிப்பதுடன் ஆதரவிற்காக மற்றவர்களைச் சார்ந்திருப்பதைக் குறைக்கும்.

சுய உதவிக் குழுக்கள் (SHG) அல்லது பிற பெண்கள் கூட்டணிகளை உருவாக்குவது போன்ற சமூக மட்டத்தில் கூட்டணிகளை ஒழுங்கமைத்தல்.

- ஊதியம் பெறாத பராமரிப்பு வேலை பற்றிய கலந்துரையாடல்களுக்கு ஆண்களை அழைக்கவும். சிறிய படிகளே பெரிய மாற்றங்களை நிகழ்த்திக்காட்டும் என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள். ஆண்கள் உடனடியாக தங்கள் வழிகளை மாற்றிக் கொள்ளாவிட்டாலும், கூட்டங்களில் தவறாமல் கலந்துகொள்வதை உறுதிசெய்வது சரியான திசையின் ஒரு படியாகும்.
- சமூகத்தில் சுயதொழில் அல்லது வணிக வாய்ப்புகளைக் கண்டறிய இந்தக் கூட்டணிகளைப் பயன்படுத்தவும்.
- இது பணம் சம்பாதிப்பதற்கான வாய்ப்புகளை அதிகரிப்பதுடன் ஆதரவிற்காக மற்றவர்களைச் சார்ந்திருப்பதைக் குறைக்கும்.

விசேடதேவையுடைய அல்லது விசேடதேவையல்லாத சிறுவர்களுக்கான தினப்பராமரிப்பு போன்ற பாதுகாப்பான மற்றும் குறைந்த கட்டணத்திலான பராமரிப்புச் சேவைகளை நிறுவ உள்ளூர் அரசாங்கங்களை கூட்டாகக் கோருங்கள்

- இது ஊதியத்துடனான வேலை அல்லது சமூகக் கூட்டங்களில் கலந்துகொள்வது போன்ற பிற நடவடிக்கைகளில் கவனம் செலுத்த ஒவ்வொரு நாளும் குறைந்தபட்சம் சில மணிநேரங்களுக்கு பெண்களை பராமரிப்புப் பொறுப்புகளில் இருந்து விடுவிக்கும்.

கிராம அல்லது சமூக மட்டத்திலான அமைப்புகள் மூலம், விசேடதேவையுடைய நபர்கள் மற்றும் முதியோர்களை உறுப்பினர்களாக கொண்ட குடும்பங்களுக்கு வழங்கப்படும் கொடுப்பனவுகளை அதிகரிக்குமாறு அரசாங்கத்தை வலியுறுத்துங்கள்.

- இது குடும்ப வருமானத்தை அதிகரிக்கும்.
- இந்தக் குடும்ப உறுப்பினர்களைப் பராமரிக்கும் பெண்களின் ஊதியமில்லாப் பராமரிப்புப் பணியையும் இது மறைமுகமாக அங்கீகரிக்கும்.

செயற்பாடு 12 (பெரியவர்கள் மற்றும் சிறுவர்களுக்கானது):

1. பங்கேற்பாளர்களை இரண்டு குழுக்களாகப் பிரிக்கவும்.
2. தங்களை ஆண்களாக கற்பனை செய்ய ஒரு குழுவிடம் கேளுங்கள். மற்றைய குழு அவர்களாகவே (பெண்களாக) இருக்கலாம்.
3. ஒவ்வொரு குழுவின் உறுப்பினர்களையும் அவர்கள் என்ன வேலை செய்கிறார்கள் என்று கேளுங்கள் (மக்களிடம் அவர்கள் என்ன வேலை செய்கிறார்கள் என்று கேட்டால், பதில் பெரும்பாலும் உற்பத்தி, கூலி வேலை தொடர்பானதாக இருக்கும், எ.கா. நான் ஒரு பொலீஸ்காரன், நான் ஒரு மீனவர், நான் ஒரு மருத்துவர் முதலியன. ஊதியம் இல்லாத வேலையை செய்யும் பெண்கள் தாங்கள் ஒன்றும் செய்வதில்லை என்று அடிக்கடி கூறுவார்கள்).
4. தாங்கள் என்ன செய்கிறோம் என்று கூறிய பிறகு, தாங்கள் எந்த வேலையும் செய்வதில்லை என்று கூறிய பங்கேற்பாளர்களிடம் அவர்கள் வீட்டில் செய்யும் அனைத்து ஊதியம் பெறாத பராமரிப்பு வேலைகளுக்கும் பணம் செலுத்த வேண்டி வந்தால் நிலைமை என்ன என்று கற்பனை செய்து பார்க்குமாறு கூறுங்கள்.
5. பங்கேற்பாளர்கள் அனைவரையும் அந்த வேலையைச் செய்ய மற்றவர்களுக்கு பணம் கொடுக்க முடியுமா என்றும் அவர்கள் அந்த வேலையைச் செய்தால் எவ்வளவு செலவாகும் என்றும் பங்கேற்பாளர்கள் அனைவரிடமும் கேளுங்கள்.
6. சமைத்தல், சுத்தம் செய்தல், சிறுவர்களைப் பராமரித்தல் போன்ற பெண்களின் ஆக்கத்திறன் செயற்பாடுகளுக்கு ஊதியம் வழங்கப்படாததால் அவை “வேலை அல்ல” என்று ஏன் கருதப்படுகின்றன என்பதைப் பற்றி கலந்துரையாடவும்.
7. பெண்களின் ஊதியமில்லாத பராமரிப்பு வேலை, ஊதியம் இல்லாவிட்டாலும், அது ஆக்கத்திறன் மிக்க வேலை என்பதையும், அத்தகைய வேலைக்கு மதிப்பு உண்டு என்பதையும் வலியுறுத்துங்கள். பெண்களின் ஆக்கத்திறன் மிக்க வேலை (ஊதியமில்லாத கவனிப்பு வேலை) பெரும்பாலும் ஆண்களை விட (ஊதியம் பெறும் வேலை) மதிப்பு குறைவாகக் காணப்படுவது மற்றும் மதிப்பு குறைவாக இருப்பது எப்படி என்பதை முதன்நிலைப்படுத்திக் கூறவும்.

04 சிறுவர்களும் உரிமைகளும்

4.1 அறிமுகம்

- உலகில் உள்ள அனைத்து சிறுவர்களும் மனித உரிமைகளைக் கொண்டுள்ளனர். அவை சிறுவர் உரிமைகள் என அழைக்கப்படுகிறது. சிறுவர்கள், அவர்களின் குடும்பங்கள் மற்றும் சமூகத்தில் பாதுகாப்பாகவும், மகிழ்ச்சியாகவும் அரவணைப்புடனும் வாழ உரிமைகள் அவசியமானதாகும்.

- எனவே, பெரியவர்களைப் போன்றே சிறுவர்களும் சிறுவர் உரிமைகள் என்றால் என்ன, அவை எவ்வாறு உதாசீனம் செய்யப்படுகின்றது அத்துடன் அவ்வாறு சிறுவர் உரிமைகள் உதாசீனம் செய்யப்படும் போது ஒருவர் என்ன செய்ய வேண்டும் என்பவற்றைப் பற்றி அறிந்திருத்தல் முக்கியமானதாகும்.

- முதலாவதாக, இந்த அத்தியாயமானது பெரியவர்கள் மற்றும் சிறுவர்களுக்கான சிறுவர் உரிமைகளை அறிமுகப்படுத்துதல் பற்றிய சிறிய அமர்வைக் கொண்டுள்ளது. இந்தப் பிரிவின் கீழ் உள்ள செயற்பாடுகள் சிறுவர்களுக்கானது. ஏனெனில் பெரியவர்களால் எந்தப் பிரச்சினையும் இல்லாமல் இதன் உள்ளடக்கத்தைப் புரிந்து கொள்ள முடியும்.

- அதன்பின்னர், 04 முக்கியமான வகைகளின் கீழ் சிறுவர் உரிமைகள் பற்றி கலந்துரையாடப்படும்:

உயிர்வாழ்வதற்கான உரிமை - இதன் பொருள் வாழ்வதற்கான உரிமை, ஊட்டச்சத்து, பெயர் மற்றும் தேசியம் என்பனவற்றை உறுதி செய்வதாகும்.

பாதுகாப்பிற்கான உரிமை - இது சுரண்டல், துஸ்பிரயோகம் மற்றும் புறக்கணிப்பு ஆகியவற்றிலிருந்து பாதுகாப்பை உறுதி செய்வதாகும்.

பாதுகாப்பிற்கான உரிமை - இது சுரண்டல், துஸ்பிரயோகம் மற்றும் புறக்கணிப்பு ஆகியவற்றிலிருந்து பாதுகாப்பை உறுதி செய்வதாகும்.

பங்குபற்றுதலுக்கான உரிமை - இதன் பொருள் கருத்துக்களை வெளிப்படுத்துவதிலும் மற்றும் கருத்துக்களை தெரிந்துகொள்ளுவதிலும் பங்கேற்பதாகும்.

4.2 உரிமைகள் மற்றும் பொறுப்புகளைப் புரிந்துகொள்ளுதல்

4.2.1 அறிமுகம்

- ஒவ்வொரு சிறுவர்களும் அவர்கள் பார்ப்பதற்கு எப்படி இருக்கிறார்கள், அவர் எங்கு வசிக்கின்றார்கள், எந்த மொழி பேசுகிறார்கள், அவரின் வயது என்ன, அல்லது ஆணா, பெண்ணா போன்ற எதுவாயிருப்பினும் அவர்கள் சமமானவர்கள் மற்றும் முக்கியமானவர்கள் என்பதைப் புரிந்துகொள்வது அவசியமானதாகும்.

- மனிதர்களாகப் பிறந்ததன் மூலம் பெரியவர்களு-

- க்கு இருக்கும் அதே மனித உரிமைகள் சிறுவர்களுக்கும் உண்டு.

- பெரியவர்களை விட அவர்களுக்கு அதிகமான உரிமைகள் இல்லை. ஆனால் சிறுவர்களின் உரிமைகள் மதிக்கப்படுவதையும், முறையா-கப் பாதுகாக்கப்படுவதையும் உறுதிப்படுத்த சில ஆதரவுகள் அவசியமானதாகும். சிறுவர் உரிமைகள் இதற்குக் கூடுதலான ஆதரவை வழங்குகின்றன.

4.2.2 குறிக்கோள்கள்

பங்கேற்பாளர்களுக்கானது:

- உரிமைகள் என்றால் எவை? அத்துடன் உரிமைகள் மற்றும் தேவைகள் என்பவற்று-க்கிடையிலான வேறுபாட்டைத் தெளிவாகப் புரிந்து கொள்ளுதல்.

- உரிமைகள், கடமைகளையும் கொண்டுள்ளன என்பதைப் புரிந்து கொள்ளுதல்.

- சிறுவர் உரிமைகளுக்கான ஐக்கிய நாடுகளின் சமவாயம் (UNCRC) பற்றி அறிந்து கொள்ளுதல்

4.2.3 உரிமைகள் என்றால் எவை, அவை ஏன் அவசியமானது?

- சிறுவர்கள், அவர்களின் குடும்பங்கள் மற்றும் சமூகத்தில் பாதுகாப்பாகவும், ஆரோக்கியமா-கவும், மகிழ்ச்சியாகவும் அரவணைப்புடனும் வாழ அவர்களுக்கு உரிமைகள் அவசியமானதாகும்.

- உரிமைகள் மற்றும் தேவைகள் அல்லது விருப்பங்கள் (உரிமைகள் எதிர் தேவைகள் / விருப்பங்கள்) ஆகியவற்றுக்கு இடையே ஒரு முக்கியமான வேறுபாடு உண்டு. மக்களுக்குத் தேவையான பல விடயங்கள் உள்ளன. ஆனால் மனிதர்கள், மனிதர்களாக கருதப்படுவதற்கு உரிமைகள் மிக முக்கியமானவை ஆகும். எ.கா: ஐஸ்கிறீம் வைத்திருப்பது நல்லது, ஆனால் அது இல்லாமலும் ஒரு நபரால் வாழ முடியும். மறு-புறம், மக்கள் உண்பதற்கு அரிசி மற்றும் காய்க-றிகள் தேவை. அத்தியாவசிய உணவு இல்லா-மல் அவர்களால் வாழ முடியாது. மக்கள் தங்கள் உரிமைளுக்காக கோரிக்கைகளை முன்வைக்கல-ாம். ஆனால் அவர்களின் தேவை அல்லது விருப்ப-த்தைக் கோரிக்கையாக முன்வைக்க முடியாது.

செயற்பாடு 13 (சிறுவர்களுக்கானது): உரிமைகளை விளங்கிக் கெ-ாள்ளுதல்

1 பின்வரும் பொருட்களை செயற்பாட்டிற்கான ஆதாரமாகக் கொண்டு அவற்றை ஒரு வெளி-ப்படைத்தன்மை அற்ற பையில் (non-transparent bag) வைக்கவும்:

A. மகிழ்ச்சியான குடும்பமொன்றின் படம் அல்லது புகைப்படம் (உங்களுக்குப் பாதகமாக இல்லாவிட்டால் உங்கள் குடும்பத்துடன் வாழ்வதற்கான உரிமை, சிறுவர்களின் உரிமைகளுக்கான ஐக்கிய நாடுகளின் சமவாயத்தின் (UNCRC) உறுப்புரை 9)

B. ஒரு பழம் அல்லது பிஸ்கட் அல்லது வேறு உணவுப் பொருள் (உணவுக்கான உரிமை, உறுப்புரை 24)

C. ஒரு சிறிய தண்ணீர் போத்தல் (தண்ணீருக்கான உரிமை, உறுப்புரை 24)

D. ஒரு சிறிய பொம்மை வீடு (உங்களால் ஒரு வீட்டைத் தேட முடியவில்லை என்றால், ஒரு காகிதத்தில் ஒரு வீட்டை வரையவும்), (பாதுகாப்பான வீட்டிற்கான உரிமை, உறுப்புரை 24)

E. ஒரு பந்து (விளையாடுவதற்கான உரிமை, உறுப்புரை 31)

F. ஒரு ஸ்டெதாஸ்கோப் அல்லது ஒரு போத்தல் இருமல் பாணி அல்லது பிற மருத்துவப் பொருட்கள் (உடல்நலப் பாதுகாப்பு உரிமை, உறுப்புரை 24)

G. ஒரு கொப்பி அல்லது ஒரு கதைப் புத்தகம் மற்றும் ஒரு பென்சில் (கல்விக்கான உரிமை, உறுப்புரை 28)

2 சிறுவர்கள் உயிர் வாழவும் நன்றாக வளரவும் தேவையான முக்கியமான விடயங்களைப் பற்றி அவர்கள் சிந்திக்கப் போகிறார்கள் என்பதை சிறுவர்களுக்கு விளக்கவும்.

3 இந்த விடயங்களைப் பற்றிச் சிந்திக்க உதவுவதற்காக அவர்கள் ஒரு விளையாட்டை விளையாடப் போகிறார்கள் என்பதை விளக்குங்கள்.

4 பையில் இருந்து ஒவ்வொரு பொருளையும் எடுத்து குழுவிடம் காட்டவும். அவர்களிடம் கேளுங்கள்:

A. இது என்ன?

B. இது என்ன முக்கியமான விடயத்தைச் சிந்திக்க வைக்கிறது?

C. அவர்கள் கூறிய எல்லா விடயங்களும் சிறுவர்களுக்கும் முக்கியமானதா? அது ஏன் முக்கியமானது?

D. அவர்கள் இதை அனுபவிக்க அனுமதி பெறவில்லை என்றால் எப்படி உணர்வீர்கள்?

5 உரிமைகள் என்பது தேவைகளிலிருந்து வேறுபட்டது என்பதை விளக்க இந்த வாய்ப்பைப் பயன்படுத்தவும். தேவைகள் எனும் போது, அவற்றை அடையும் போது வாழ்க்கை நன்றாக இருக்கும். எனினும் அவைகள் இன்றியும் வாழ முடியும்.

6 ஒரு சிறுவர் செழிப்பாக வாழ்வதற்கு அனைத்து உரிமைகளும் (பையில் உள்ள பொருள்கள்) எவ்வாறு அவசியமானது என்பதையும் கலந்துரையாடவும்.

- உரிமைகள் இருக்கின்றன என்பதன் பொருள் சிறுவர்கள் எப்போதும் அவர்கள் விரும்பியதைச் செய்ய முடியும் என்பதல்ல. மாறாக, சிறுவர்கள் தவறாமல் செய்ய வேண்டியவை அல்லது செய்ய வேண்டிய கடமைகள் என்பனவாகும். இவை பொறுப்புகள் எனப்படும்.

பாடசாலைக்குத் தொடர்ந்து செல்லுதல்

உங்கள் பெற்றோருக்கு உதவுங்கள்

பெரியோர்களையும் நண்பர்களையும் மதியுங்கள்

மற்றவர்களுடன் கனிவாக இருங்கள்

மற்றவர்களின் கருத்துக்களுக்கு மதிப்பளியுங்கள்

பாதுகாப்பு விதிமுறைகளை பின்பற்றுங்கள்

பாடசாலைப் புத்தகங்கள் அனைத்தையும் பாதுகாக்கவும்

செயற்பாடு 14 (சிறுவர்களுக்கானது): பொறுப்புகளை விளங்கிக்கொள்ளுதல்

1 பங்கேற்பாளர்களை ஜோடிகளாகப் பிரிக்கவும்.

2 ஒவ்வொரு ஜோடியையும் உரிமையைப் பற்றி சிந்திக்கச் சொல்லுங்கள். ஒவ்வொரு ஜோடியும் உண்மையான உரிமையை அடையாளம் காண உதவுங்கள்.

3 பின்னர் ஒவ்வொரு உரிமைக்கும் தொடர்புடைய இரண்டு கடமைகளைப் பற்றி சிந்திக்கச் சொல்லுங்கள்.

4 ஒவ்வொரு ஜோடியையும் தங்களுடைய பதில்களை ஏனைய குழுக்களுடன் பகிர்ந்து கொள்ளச் சொல்லுங்கள்.

5 ஒவ்வொரு பதிலும் பொறுப்புக்கள் என்பதையும் அவை எவ்வாறு உரிமைகளுடன் தொடர்புடையது என்பதையும் கலந்துரையாடவும்.

4.2.4 சிறுவர் உரிமைகள் எங்கிருந்து வருகின்றன?

- 18 வயதிற்குட்பட்ட அனைவரும் சிறுவர்கள் என அழைக்கப்படுகின்றனர். (சிறுவர்களுக்கான குறிப்பு: இதன் பொருள் நீங்கள் மற்றும் இன்னும் 18 வயதிற்குட்பட்ட உங்கள் சகோதரிகள் மற்றும் சகோதரர்கள் அனைவரும் சிறுவர்களே)

- உலகில் உள்ள ஒவ்வொரு சிறுவர்களும் மனிதர்களுக்கு உரித்தான, இந்த உரிமைகளுடனேயே பிறக்கின்றனர்.

- ஆனால் இந்த உரிமைகள் பாதுகாக்கப்படுவதை உறுதி செய்வதற்காக, ஐக்கிய நாடுகளின் சிறுவர்கள் உரிமைகளுக்கான சமவாயம் (UNCRC) அனைத்து சிறுவர்களுக்கும் உரித்தான உரிமைகளின் பட்டியலைக் கொண்டுள்ளது. இந்த உரிமைகளைப் பாதுகாக்க இலங்கை உட்பட உலக நாடுகள் இணங்கியுள்ளன.

- ஐக்கிய நாடுகளின் சிறுவர்கள் உரிமைகளுக்கான சமவாயம் (UNCRC) என்பது சிறுவர்களுக்குத் தேவையான அனைத்து விடயங்களினதும் ஒரு குறிப்பிடப்பட்ட பட்டியல் ஆகும். அனைத்துப் பாகங்களிலும் உள்ள எல்லாச் சிறுவர்களுக்கும், பெரியவர்களுக்கு இருக்கும் அதே மனித உரிமைகள் உண்டு மற்றும் மேலதிகமாக, அவர்கள் கற்றுக்கொள்வதற்கும், வளர்ச்சியடைவதற்கும், விளையாடுவதற்கும், அபிவிருத்தி செய்வதற்கும், அவர்களின் முழுத்திறனை அடைந்து கொள்ளவும் உரிமைகள் உள்ளன என்பதனை இது விளக்குகிறது.

- அனைத்து மனித உரிமைகளும் சமம் என்பதை இது நமக்கு நினைவூட்டுகிறது. எந்த உரிமையும் மற்றொன்றை விட முக்கியமானதாகாது. இங்கு "முன்னுரிமை உரிமைகள்" என்று எதுவும் இல்லை.

- சிறுவர்களின் உரிமைகளுக்கான ஐக்கிய நாடுகளின் சமவாயம் (UNCRC) பதினெட்டு வயதிற்குட்பட்ட ஒவ்வொரு சிறுவர்களுக்குமான, மதிக்கப்பட வேண்டிய மற்றும் பாதுகாக்கப்பட வேண்டிய 41 மனித உரிமைகளைப் பட்டியலிட்டுள்ளது.

- சிறுவர் உரிமைகளுக்கான ஐக்கிய நாடுகளின் சமவாயமானது (UNCRC) 04 முக்கிய கோட்பாடுகளின் அடிப்படையில் வழிநடாத்தப்படுகிறது. அவைகளாவன:

- **பாகுபாடு காட்டாமை:** அனைத்து சிறுவர்களுக்கும் இந்த உரிமைகள் உள்ளன. அவர்கள் யார்? அல்லது அவர்களின் பெற்றோர் யார்?, அவர்கள் எங்கு வாழ்கிறார்கள்? அவர்கள் என்ன செய்கிறார்கள்? அவர்களின் தோல் நிறம் என்ன?, அவர்கள் ஆணா.்.பெண்ணா?, அவர்கள் எந்த மொழி பேசுகிறார்கள்?, அவர்களின் மதம் என்ன?, அவர்களின் பண்பாடு என்ன?, அவர்கள் விசேட தேவையுடையவர்களா? அவர்கள் வசதி படைத்தவர்களா? அல்லது ஏழைகளா? எதுவாக இருந்தாலும் சரி அவர்களை நியாயமற்ற முறையில் நடாத்த முடியாது. (உறுப்புரை 2)

- **சிறுவர்களின் நலன்களுக்கு முதன்மையளித்தல்:** சிறுவர்களுக்கான முடிவுகளை, பெரியவர்கள் எடுக்கும் போது, அவர்கள் எடுக்கும் முடிவுகள் சிறுவர்களை எவ்வாறு பாதிக்கும் என்பதை முதலில் சிந்திக்க வேண்டும். (உறுப்புரை 3)

- **சிறப்பான வாழ்க்கையை வாழ்தல், உயிர் வாழ்வதற்கான உரிமை மற்றும் அபிவிருத்திக்கான உரிமை :** சிறுவர்கள் உயிர்வாழ உரிமை உடையவர்கள். சிறுவர்கள் சிறப்பாக வாழவும் சக்திமிக்கவர்களாக வளர்வதை உறுதிப்படுத்தவும், நாடுகள் தங்களால் இயன்ற அனைத்தையும் செய்கின்றன. (உறுப்புரை 6)

- **சிறுவர்களின் கருத்துகளுக்கு மதிப்பளித்தல்:** தங்கள் சொந்தக் கருத்துக்களை உருவாக்கும் திறன் கொண்ட அனைத்து சிறுவர்களும் தங்களைப் பாதிக்கும் எதையும் பற்றி தங்கள் கருத்துக்களை சுதந்திரமாக தெரிவிக்கலாம். பெரியவர்கள் இந்தக் கருத்துக்களைக் கேட்க வேண்டும். அத்துடன் அவற்றை தீவிரமாக கவனத்திற் கொள்ள வேண்டும். (உறுப்புரை 12)

- கீழ்வரும் பல்வேறு மக்கள்,
    - பெற்றோர்
    - உறவினர்கள்
    - நண்பர்கள்
    - ஆசிரியர்கள்
    - மருத்துவர்கள் மற்றும் செவிலியர்கள்
    - சமூகத்தில் உள்ள பெரியவர்கள்
    - அரசாங்கத்தில் உள்ள பெரியவர்கள்

  சிறுவர்களைப் பாதுகாக்கவும், அவர்களின் உரிமைகளை அவர்கள் அனுபவிக்கவும் உதவ முடியும்.

4.3 வாழும் உரிமை- இது உயிர் வாழ்வதற்கான உரிமை, ஊட்டச்சத்து, சுகாதாரம், பெயர் மற்றும் தேசியம் என்பவற்றை உறுதி செய்வதாகும்

4.3.1 அறிமுகம்

சிறுவர்கள் உயிர் வாழ்வதையும், ஆரோக்கியமாக வளர்வதையும் உறுதி செய்ய, அரசாங்கங்களும் பெரியவர்களும் கடமைப்பட்டுள்ளனர். அவர்கள் உயிருடன் இருப்பதையும், தீங்கிலிருந்து பாதுகாக்கப்படுவதையும் உறுதி செய்வது மட்டுமல்லாமல், வாழ்க்கையில் செழித்து வளர அவர்களுக்கு எல்லா வாய்ப்புக்களையும் வழங்குவதும் இதில் உள்ளடங்கும். உயிர் வாழ்வதற்கான உரிமையில் என்ன உள்ளடங்கும், அது எவ்வாறு மீறப்படுகிறது, உரிமை மீறல்கள் நிகழும்போது என்ன நடவடிக்கைகள் எடுக்கப்பட வேண்டும் என்பவற்றைப் பற்றி இந்தப் பிரிவு கவனம் செலுத்துகிறது.

4.3.2 குறிக்கோள்கள்

பங்கேற்பாளர்களுக்கானது:

- உயிர் வாழும் உரிமை என்றால் என்ன என்பதை தெளிவாகப் புரிந்து கொள்ளுதல்.

- உயிர் வாழும் உரிமை மீறப்படும் சந்தர்ப்பங்களை அடையாளம் காணக்கூடியதாக இருத்தல்.
- இந்த மீறல்களைத் தடுக்க அவர்கள் என்ன நடவடிக்கைகளை எடுக்கலாம் என்பதை அறிதல்.

4.3.3 ஏன் இந்த விடயத்தில் கவனம் செலுத்த வேண்டும்?

- சிறுவர்கள் பிறந்த முதற்கணம் தொடக்கம் அவர்களுக்கு உயிர் வாழ்வதற்கான உரிமை உள்ளது.
- இது பதிவு செய்யப்பட்ட பெயர் மற்றும் தேசியத்திற்கான உரிமையை குறிப்பிடுகிறது. அதாவது அவர்களின் பெற்றோரால் பராமரிக்கப்படுவதற்கும் பாதுகாக்கப்படுவதற்குமான உரிமை, தங்கள் குடும்பங்களில் இருந்து பிரிந்து தனியாக இல்லாமல் இருப்பதற்கான உரிமை, ஊட்டச்சத்து மற்றும் சுத்தமான நீர் போன்ற வளர்ச்சியுடனும் மற்றும் ஆரோக்கியமாகவும் இருக்கத் தேவையான அடிப்படைத் தேவைகளுக்கான உரிமையை உள்ளடக்கியது.
- ஆனால் இலங்கையில் சில சமயங்களில் சிறுவர்கள் உண்பதற்கு ஏற்ற சத்தான உணவு இல்லை அவர்கள் பயன்படுத்த சுத்தமான குடிநீர் அல்லது கழிவறை இல்லை, அவர்கள் விசேட தேவையுடையவர்களாக இருந்தால், அவர்களின் கற்றலுக்கு உதவ சிறந்த பாடசாலைகள் இல்லை, சில நேரங்களில் அவர்கள் ஆசிரியர்களால் உடல் ரீதியாக காயப்படுத்தப்படுகிறார்கள் (உடல் ரீதியான தண்டனை), சிறுவர்கள் போதைப்பொருள் பயன்பாட்டிற்கு ஆளாகிறார்கள், அவர்கள் வீட்டில் பாதுகாப்பாக இல்லை, அவர்கள் தெருக்களில் வாழ்கிறார்கள், அவர்கள், பெற்றோர் அல்லது பிற குடும்ப உறுப்பினர்களால் கைவிடப்படுகிறார்கள், மற்றும் அவர்களின் பெற்றோர்களுக்கு திருமணமாகாமல் இருத்தல் அல்லது அவர்களுக்கு தாய் மட்டுமே இருத்தல் போன்ற பிரச்சனைகளை சிறுவர்கள் எதிர்கொள்கின்றனர்.
- எனவே, உயிர் வாழ்வதற்கான உரிமையில் என்ன உரிமைகள் உள்ளடக்கப்பட்டுள்ளன என்பதைப் புரிந்துகொள்வது அவசியமாகும். இந்த விடயங்கள் எவ்வளவு முக்கியம் என்பதை அறிந்து கொள்வதன் மூலம், அவர்களுக்கு அல்லது அவர்களுக்குத் தெரிந்தவர்களுக்கு இந்த உரிமைகள் மறுக்கப்பட்டால் சில நடவடிக்கைகளை எடுக்க முடியும்.

4.3.4 உயிர் வாழ்வதற்கான உரிமை என்றால் என்ன?

- முதல் பார்வையில் ஒருவர் வாழ்வதற்கான உரிமை என்பது உயிர் வாழ்வதற்கான உரிமை என்று நினைக்கலாம். ஆனால் இந்த உரிமை வாழ்வதற்கான உரிமை மட்டுமல்ல.
- இது சிறுவர்களின் நல்வாழ்வு மற்றும் வளர்ச்சிக்குத் தேவையான அனைத்து விடயங்களும் வழங்கப்படுவதை உறுதி செய்வதாகும்.
- உயிர்வாழும் உரிமையானது சிறுவர்களின் உயிருக்கு அச்சுறுத்தலாக இருக்கும் உடல்ரீதியான ஆபத்துக்களிலிருந்து அவர்களைப் பாதுகாப்பதோடு பிணைக்கப்பட்டுள்ளது.
- இது சிறுவர்களின் உள வள நல்வாழ்வையும் குறிக்கிறது (சிறுவர்கள் மகிழ்ச்சியாக இருப்பதை உறுதி செய்வதற்காக). இதில் பின்வருன உள்ளடங்கும்:
    - குடும்பங்கள் தங்கள் பிள்ளைகளின் தேவைகளைக் கவனித்துக் கொள்கின்றன.
    - பாதுகாப்புடனும் ஆதரவுடனும் மற்றும் மரியாதைக்குரிய உணர்வுடனும் வளர சிறுவர்களுக்கு உரிமை உண்டு.
    - தாய், தந்தை, சகோதரிகள் மற்றும் சகோதரர்கள், தாத்தா, பாட்டி, அத்தைகள், மாமாக்கள், உறவினர்கள் அனைவரும் சிறுவர்கள் வளர்வதிலும் கற்பிப்பதிலும் முக்கிய பங்கு வகிக்கின்றனர். தங்கள் பிள்ளைகளுக்கு எது சிறந்தது என்று அவர்களுக்குத் தெரியும். எனவே, பிள்ளைகளுக்கான முடிவுகளை குடும்பமே எடுக்க வேண்டும்.
    - குடும்பங்கள், சிறுவர்களை அவர்களின் குடும்ப வேர்கள், பண்பாட்டுடன் இணைக்கிறது. சிறுவர்கள், தாங்கள் யார், அவர்கள் எங்கிருந்து வந்தவர்கள் மற்றும் அவர்களின் குடும்பம் மற்றும் சமூக உறவுகளைப் புரிந்துகொள்வதற்கு இவை உதவுகின்றன. இவை சிறுவர்களின் சுயமரியாதை மற்றும் நல்வாழ்வுக்கு முக்கியமானதாகும்.

பிள்ளைகளுக்கு தீங்கு விளைவிக்காத வரை குடும்பத்தை விட்டு பிரிந்து இருக்கக்கூடாது:

- சிறுவர்களுக்குப் பாதுகாப்பான மற்றும் வளர்ப்புச் சூழலை குடும்பத்தால் வழங்க முடியவில்லை அல்லது கொடுக்க விருப்பமில்லை என்பது

தெளிவாகத் தெரிந்தால் மட்டுமே சிறுவர்களுக்கு வீட்டிற்கு வெளியே கவனிப்புத்தேவை அவசியமாகும்.

வாழ்வதற்குப் பாதுகாப்பான இடம்:

- பிள்ளைகள் வளர்வதற்குப் பாதுகாப்பான இடங்களாக வீடுகள் இருக்க வேண்டும்.
- வீடுகளில், சமையல் செய்யும் இடங்கள் மற்றும் கழிவறைகள் போன்ற அடிப்படை வசதிகள் இருக்க வேண்டும்.
- அவை பிள்ளைகளின் சூழலுக்கு ஏற்ற படி இருக்க வேண்டும், போதுமான இட வசதி இருக்க வேண்டும், மழை அல்லது வெப்பத்திலிருந்து அவர்கள் பாதுகாக்கப்பட வேண்டும்.

தரமான சுகாதாரம், சத்தான உணவு, பாதுகாப்பான குடிநீர் வசதி என்பனவற்றை வழங்குதல்:

- ஆரோக்கியமான உணவு பிள்ளைகள் வலுவாக வளரவும், நோய்களைத் தவிர்க்கவும் உதவுகிறது. எனவே, பிள்ளைகளுக்கு ஆரோக்கியமான மற்றும் மலிவான விலையில் உணவு கிடைக்க வேண்டும்.
- சிறுவர்கள் ஆரோக்கியமாக இருப்பதற்கும், நீரின் மூலம் பரவும் நோய்களால் நோய்வாய்ப்படாமல் இருப்பதற்கும் சுத்தமான தண்ணீர் அவசியமாகும். குடும்பங்கள் சுத்தமான தண்ணீரைப் பயன்படுத்தும் போது, அவர்களால் உணவை, ஆரோக்கியமானதாகவும் சிறந்ததாகவும் மாற்றியமைக்க முடியும். இது சிறுவர்களை ஆரோக்கியமாகவும் வலுவாகவும் வளர அனுமதிக்கிறது.
- அனைத்து சிறுவர்களுக்கும் சுகாதாரப் பராமரிப்பு அவசியமாகும். இது மலிவான விலையிலும், அணுகுவதற்கு எளிதாகவும், பண்பாட்டு ரீதியாக பொருத்தமானதாகவும் இருக்க வேண்டும் (சுகாதாரத்திற்கான உரிமை).
- சிறுவர்கள் சோகமாகவோ அல்லது தனிமையாகவோ உணர்ந்தாலோ அல்லது ஏதேனும் எதிர்மறையான உணர்ச்சிகளைக் கொண்டிருந்தாலோ, அவர்கள் நம்பகமான பெரியவரின் உதவியை (உளவியல் ஆதரவு) நாட முடியும்.

சிறுவர்களின் பிறப்புகளைப் பதிவு செய்யும் போது அவர்களை நியாயமற்ற முறையில் நடாத்தக் கூடாது.

- சிறுவர்களுக்கு அவர்களின் நாட்டில் பெயர் மற்றும் தேசியத்திற்கான உரிமை உள்ளது.
- முடிந்தவரை, அவர்கள் தங்கள் பெற்றோரைத் தெரிந்துகொள்ளவும் உரிமை உண்டு. ஆனால் எல்லா சிறுவர்களுக்கும் தங்கள் பெற்றோர் யார் என்று தெரியாது.

- உயிர்வாழும் உரிமை என்பது விசேட தேவையுடைய சிறுவர்களையும் அவர்களுக்குரித்தான விசேட தேவைகளுடன் முழுமையாக வாழ உதவும் வகையில் அவர்களைக் கவனித்துக் கொள்வதாகும்.
- இந்த உரிமைகளைப் பாதுகாப்பதும் மற்றும் சிறுவர்கள் வாழ்வதற்கும் செழிப்பாக வளர்வதற்கும் தேவையான அடிப்படைச் சேவைகளை வழங்குவது அரசாங்கத்தின் பொறுப்பாகும்.
- துரதிஸ்டவசமாக, இலங்கையில், உயிர்வாழும் உரிமையை முழுமையாக அனுபவிக்க முடியாத நிலையில் பல சிறுவர்கள் உள்ளனர்:

- சுமார் 16,000 சிறுவர்கள் கடுமையான போசாக்குக் குறைபாட்டால் பாதிக்கப்பட்டுள்ளனர்.
- 5 வயதிற்குட்பட்ட பிள்ளைகளில், ஐந்தில் ஒன்றுக்கு மேற்பட்ட பிள்ளைகள் எடை குறைவாகவே உள்ளனர்.
- இலங்கையில் போதைப்பொருட்களுக்கு அடிமையான 100,000 பேரில் பெரும்பான்மையானவர்கள் சிறுவர்கள் ஆவர்.
- 18 வயதிற்குட்பட்ட 682,000 சிறுவர்கள் வறுமையில் வாழ்கின்றனர்.

- தங்கள் குடும்பத்துடன் சேர்ந்து வாழாத அல்லது ஏழைகள் அல்லது போதுமான உணவு, சுத்தமான குடிநீர் அற்ற அல்லது நல்ல சுகாதார பாதுகாப்பு வசதி இல்லாத சிறுவர்கள் மோசமாக அல்லது நியாயமற்ற முறையில் நடாத்தப்படும் அபாயம் மிக அதிகமாக காணப்படுகிறது.

4.3.5 இந்த உரிமையை எவ்வாறு பாதுகாக்க முடியும்?

சட்டப் பாதுகாப்பு:

- UNCRC, ICESCR, மற்றும் ஐக்கிய நாடுகளின் விசேட தேவையுடையோர் உரிமைகள் சமவாயம் (CRPD) உள்ளிட்ட சர்வதேச அளவிலான மாநாடுகள், சிறுவர்கள் உயிர்வாழும் உரிமையை அனுபவிப்பதை உறுதி செய்கிறது.

- சிறுவர்களின் இந்த உரிமைகளைப் பாதுகாக்கும் பல சட்டங்கள் இலங்கையிலும் உள்ளன:

  - இலங்கை அரசியலமைப்பு
  - 1998ஆம் ஆண்டின் 50ஆம் இலக்க தேசிய சிறுவர்கள் பாதுகாப்பு அதிகார சபைச் சட்டம்
  - 2016ஆம் ஆண்டின் 12ஆம் இலக்க தகவல் அறியும் உரிமைச் சட்டம்
  - 1999ஆம் ஆண்டின் 37ஆம் இலக்க பராமரிப்புச் சட்டம்
  - 1970ஆம் ஆண்டின் 03ஆம் இலக்க நெறிமுறைச் சட்டம்
  - 1996ஆம் ஆண்டின் 28ஆம் இலக்க மாற்றுத்திறனாளிகளின் உரிமைகளைப் பாதுகாத்தல் சட்டம்

நடைமுறையில்:

பெரியவர்களுக்கானது:

- பெற்றோர்கள் உட்பட பெரியவர்களுக்கு, சிறுவர்கள் தங்கள் உயிர்வாழ்தல் தொடர்பான அனைத்து உரிமைகளையும் அனுபவிப்பதை உறுதி செய்யும் பொறுப்பு உள்ளது. ஒரு சிறுவரின் குடும்பம் என்பது அவர்களின் உரிமைகளைப் பாதுகாப்பதற்கும், அவர்கள் முழுத் திறனையும் அடைவதற்கும் தேவையான மிக முக்கியமான அலகு ஆகும். பின்வருவனவற்றை பெற்றோர் மற்றும் குடும்பங்கள் செய்ய முடியும்:

  - சிறுவர்களின் உயிர் வாழ்வதற்கான உரிமை என்றால் என்ன? என்பதைப் பற்றி பெற்றோர்கள் தாங்களும் தங்கள் பிள்ளைகளுக்கும் கற்பிக்கவும். இந்த உரிமை எதைப் பற்றியது என்பதை அவர்கள் புரிந்து கொண்டு அத்துடன் அவர்களுக்குத் தெரிந்த எல்லா சிறுவர்களும் இந்த உரிமையை அனுபவிக்கிறார்களா என்பதைப் பற்றிச் சிந்தியுங்கள்.

  - சிறுவர்கள் தங்கள் வாழ்க்கையை மகிழ்ச்சியாக அனுபவிக்க வீட்டில் அமைதியான சூழலை உருவாக்குங்கள்.

  - சிறுவர்கள் தங்கள் உரிமைகள் அல்லது பிறரின் உரிமைகள் மீறப்படுவதாக உணர்ந்தால், குரல் கொடுக்க அவர்களை ஊக்கப்படுத்துங்கள்.

  - சிறுவர்கள் கூறுவதை செவிமடுக்கவும், சிறுவர்களிடம் நம்பிக்கையை வளர்க்கவும் கற்றுக் கொள்ளுங்கள். இது சிறுவர்களை அடிக்கடி அவர்களின் பெற்றோர்கள் மீது நம்பிக்கை வைத்து அவர்களை நண்பர்களாகப் பார்க்க ஊக்குவிக்கும்.

  - போதைப்பொருள் பயன்பாடு அல்லது பிற வகையான குற்றங்களுக்காக, சிறுவர்களை சந்தேகப்பட்டால், பொறுமையாக இருங்கள். பெற்றோர்கள் அல்லது பெரியவர்கள் எந்த ஒரு அவசர முடிவுகளையும் எடுக்காமல் இருப்பது முக்கியமானதாகும். பெற்றோர்கள் தங்கள் சிறுவர்களை அந்நியப்படுத்தாமல் பிரச்சினையைப் பேசித் தீர்க்க முடியாது என்று நினைக்கும் சந்தர்ப்பங்களில், மற்றொரு நம்பகமான பெரியவரை அவர்களிடம் பேசச் சொல்லுங்கள். பெற்றோர் அவர்களிடம் பேச முடியுமானதாக இருக்கும் சந்தர்ப்பங்களில் பச்சாதாபத்தையும் இரக்கத்தையும் வழங்குங்கள். சிறுவர்கள் கடினமான இடத்தில் இருப்பதை பெற்றோர்கள் புரிந்துகொண்டு அவர்களுக்கு (சிறுவர்களுக்கு) தாங்கள் உதவ விரும்புகிறார்கள் என்பதை வெளிப்படுத்தவும்.

  - போதைப்பொருள் பாவனையில் சிறுவர்கள் ஈடுபடுவதற்கு முன்னர் போதைப்பொருள் பாவனை பற்றிய உண்மைகளைப் பகிர்ந்து கொள்வதன் மூலமும், ஆரம்பகாலத்தில் போதைப்பொருள் பாவனையைப் பற்றி அடிக்கடி பேசுவதன் மூலமும் மது உட்பட போதைப்பொருள் பாவனையிலிருந்து சிறுவர்களைப் பாதுகாக்க அவர்களுக்கு உதவுங்கள். இது போதைப்பொருட்களை அவர்கள் பரிசோதித்துப் பார்க்கும் வாய்ப்பைக் குறைக்கும். இள வயதுச் சிறுவர்களுக்கு, போதைப்பொருட்கள் ஆபத்தானவை மற்றும் உடலில் பிரச்சனைகளை ஏற்படுத்தும் என்பதை விளக்குங்கள். ஆபத்தானது என்று நினைக்கும் எதையும் யாராவது கொடுத்தால் வேண்டாம் என்று சொல்ல சிறுவர்களுக்குக் கற்றுக் கொடுங்கள். பருவமடைந்த சிறுவர்களிடம், போதைப்பொருள் பற்றி

அவர்களுக்கு என்ன தெரியும் அல்லது என்ன கேள்விப்பட்டிருக்கிறீர்கள் என்று அவர்களிடம் கேளுங்கள். சிறைத்தண்டனை மற்றும் தண்டப்பணம் போன்ற சட்டரீதியான விளைவுகள், அத்துடன் போதைப்பொருள் பயன்பாடு மரணம் அல்லது கடுமையான காயத்தை ஏற்படுத்தக்கூடிய சாத்தியக்கூறுகளைக் கொண்டுள்ளது என்பன பற்றி அவர்களுடன் விவாதிக்கவும். சிறுவர்களுடன் இவ்வாறான வெளிப்படையான உரையாடல்களை மேற்கொள்ளும் போது திறந்த மனதுடன் இருங்கள். அவர்களை மதிப்பீடு செய்கிறோம் என்று அவர்கள் உணரும் போது நீங்கள் கூறும் செய்திகளை அவர்கள் உள்வாங்க மாட்டார்கள். அந்த வகையில் அவர்களை மதிப்பீடு செய்யாமல், அமைதியான மற்றும் நிதானமான முறையில் அவர்களை அணுகினால், அவர்கள் நேர்மையாகப் பதிலளிக்கும் வாய்ப்புகள் அதிகமாக இருக்கும். மேலும் போதைப்பொருள் தொடர்பான விதிகள் மற்றும் எல்லைகளை, பருவமடைந்த சிறுவர்களுக்கு அமைக்கவும். அவர்கள் போதைப்பொருட்கள் பயன்படுத்துவதை பெற்றோர்கள் விரும்பவில்லை என்பதை அவர்களுக்குத் தெரியப்படுத்துங்கள். மேலும் அந்த விதி மீறப்பட்டால் அதன் விளைவுகளை தெளிவுபடுத்துங்கள்.

- முழுமையான வசதியுடன் கூடிய மருத்துவமனைகள், சுத்தமான குடிநீர், போதிய உணவு, போதைப்பொருளை அப்பகுதியில் இருந்து ஒழிப்பதற்கான நடவடிக்கைகள் போன்ற உரிமைகளை அனுபவிப்பதற்குத் தேவையான சிறந்த வசதிகளை ஏற்படுத்த அப்பகுதியில் உள்ள அரசாங்க அல்லது அரசியல் அதிகாரமையங்களை மையப்படுத்தி கூட்டாகப் பிரச்சாரம் செய்யுங்கள்.

- விழிப்புடன் இருங்கள். ஒரு சிறுவரின் உயிர்வாழ்தல் தொடர்பான உரிமைகள் மீறப்படுவதை பெரியவர்கள் பார்த்தாலோ, கேட்டாலோ அல்லது அறிந்தாலோ, அவர்களால்:

  - **தேசிய சிறுவர் பாதுகாப்பு அதிகாரசபை (NCPA) 1929** என்ற அவசர உதவி தொலைபேசி இலக்கத்தைத் தொடர்பு கொள்ளவும். நாட்டில் எந்த பாகத்திலிருந்தும், எந்த நேரத்திலும் மூன்று மொழிகளிலும் இலவசமாகத் தொடர்பு கொள்ளலாம். NCPA சிறுவர்களுக்குத் தேவையான உளவியல் சேவைகள், சட்ட ரீதியான சேவைகள் அல்லது தொடர்புடைய ஏனைய சேவைகளில் உதவலாம்.

  - எல்லா பொலிஸ் நிலையத்திலும் உள்ள பெண் பொலிஸ் உத்தியோகத்தர்கள் பணியாற்றும் இலங்கை பொலிஸின் **சிறுவர் மற்றும் பெண்கள் பிரிவுக்கு** முறைப்பாடு செய்ய முடியும்.

  - உங்கள் மாகாணத்தின் நன்னடத்தைத் திணைக்களத்துடன் இணைக்கப்பட்டுள்ள **நன்னடத்தை அதிகாரிக்கு** தெரிவிக்கவும்.

  - **கிராம உத்தியோகத்தர், மாவட்ட உளவியல் உத்தியோகத்தர்** அல்லது மாவட்டச் செயலகத்தில் உள்ள **மாவட்ட சிறுவர் பாதுகாப்பு உத்தியோகத்தர்** அல்லது பிரதேச செயலகங்களில் நிலைகொண்டுள்ள பிரதேச சிறுவர் பாதுகாப்பு உத்தியோகத்தர்களுக்குத் தெரிவிக்கவும், அவர்கள் தேவையான உதவிச் சேவைகளை அல்லது பரிந்துரைகளை வழங்க முடியும்.

  - மாவட்ட அல்லது பிரதேச சிறுவர்கள் பாதுகாப்பு அலுவலர்கள் அல்லது பொலிஸ் அதிகாரிகள் போன்றவர்களுக்கு தெரியப்படுத்தி உதவக்கூடிய **கிராம சிறுவர்கள் மேம்பாட்டுக் குழு (VCDC)** அல்லது **பாடசாலை சிறுவர்கள் பாதுகாப்புக் குழுவுக்குத்** தெரிவிக்கவும்.

  - **தகவல் அறியும் உரிமைச் (RTI) சட்டத்தின் கீழ் ஒரு விண்ணப்பத்தை** சமர்ப்பிக்கவும், விதிமீறல் தொடர்பான தகவல்களைத் தருமாறு அரசாங்க அதிகாரிகளை நிர்பந்திக்க வேண்டும், எ.கா: ஒரு பகுதியில் மருத்துவமனை, பாதை அல்லது சுத்தமான நீர் வழங்கல் தாமதமானால் அத் திட்டம் பற்றித் தேவையான விடயங்களைத் தெரிந்து கொள்ள, அப்பகுதி மக்கள் RTI விண்ணப்பத்தை சமர்ப்பித்து, திட்டத்தின் நிலையைப் பற்றி விசாரிக்கவும், திட்டத்திற்காக ஒதுக்கப்பட்ட நிதி அந்த நோக்கத்திற்காக பயன்படுத்தப்படுகிறதா என்பதைக் கண்டறிய முடியும்.

சிறுவர்களுக்கானது:

- ஒரு சிறுவர் தங்களுடைய உயிர் வாழ்வதற்கான உரிமை மீறப்படுவதாக நினைத்தால், அவர்கள் இதைப் பற்றி அவரது குடும்பத்தினருடன் அல்லது நம்பகமான ஆசிரியர் அல்லது மற்றொரு வயது வந்தவருடன் பேசலாம்.

- அவர்கள் **கிராம சிறுவர்கள் மேம்பாட்டுக் குழு (VCDC)** அல்லது பாடசாலைச் சிறுவர்கள் பாதுகாப்புக் குழுவுக்குத் தெரிவிக்கலாம். அவர்கள் பிரச்சினையை விசாரிப்பதன் மூலம் அல்லது மாவட்ட அல்லது பிரதேச சிறுவர்கள் பாதுகாப்பு அலுவலர்களுக்கு அல்லது பொலிஸ் க்கு தெரியப்படுத்துவதன் மூலம் அவர்களுக்கு உதவ முடியும்.

◆ **தேசிய சிறுவர் பாதுகாப்பு அதிகாரசபை (NCPA) 1929** என்ற அவசர உதவி தொலைபேசி இலக்கத்தைத் தொடர்பு கொள்ளவும். நாட்டில் எந்த பாகத்திலிருந்தும், எந்த நேரத்திலும் மூன்று மொழிகளிலும் இலவசமாகத் தொடர்பு கொள்ளலாம். NCPA சிறுவர்களுக்குத் தேவையான உளவியல் சேவைகள், சட்ட ரீதியான சேவைகள் அல்லது தொடர்புடைய ஏனைய சேவைகளில் உதவலாம்.

செயற்பாடு 15 (சிறுவர்களுக்கானது): எங்கள் கிராம வரைபடம்

1 சுவரொட்டி அளவுள்ள பிளிப்சார்ட் பேப்பரில் “எங்கள் கிராம வரைபடம்” என்று எழுதுங்கள்

2 காகிதத்தின் வெளிப்புறத்தில் கிராமத்தைக் குறிக்கும் வகையில் ஒரு பெரிய எல்லைக்கோட்டினை வரையவும்.

3 கிராமத்தை அடையாளம் காண உதவும் (மலைகள், கட்டிடங்கள், பூங்காக்கள், ஆறுகள் அல்லது கடற்கரை) அனைத்தையும் சேர்க்க முயற்சிக்கவும்.

4 பாடசாலை எங்கே இருக்கிறது என அவர்களுக்குத் தெரியுமா? என்று சிறுவர்களைக் கேளுங்கள். பாடசாலையின் இருப்பிடத்தை அவர்கள் கண்டறிந்ததும், பாடசாலையின் பெயரினை எழுதுங்கள்.

5 மருத்துவமனை, அவர்களுக்குப் பிடித்த மளிகைக் கடை (அல்லது நெல் வயல் அல்லது காய்கறி தோட்டப் பகுதிகள் இணைப்பு), விளையாட்டு மைதானம் அல்லது பூங்கா, ஆறு அல்லது கிணறு போன்றவற்றைப் பற்றிக் கேட்பதன் மூலம் இந்தப் படி முறையை மீண்டும் செய்யவும்.

6 ஆரோக்கியமான உணவைத் தேடுவது அல்லது உண்பது, மருத்துவச் சேவையை அணுகுவது, சுத்தமான தண்ணீரைக் குடிப்பது அல்லது பாதுகாப்பான மற்றும் ஆதரவான சூழலில் வாழ்வது ஆகியவற்றுடன் இணைந்திருக்கும் கிராமத்தில் உள்ள பல்வேறு இடங்களைப் பற்றி சிந்தியுங்கள். இந்த ஒவ்வொரு இடத்தைப் பற்றியும் சிந்திக்க சிறுவர்களுக்கு உதவுங்கள்.

7 இவற்றில் 5-6 இடங்களை அவர்கள் கண்டறிந்த பிறகு, அவர்களை குழுக்களாகப் பிரிக்கவும்.

8 ஒவ்வொரு குழுவினரையும் ஒவ்வொரு இடத்தின் கீழும் ஒரு படத்தை வரையச் சொல்லுங்கள். எ.கா: மருத்துவமனை அல்லது விளையாட்டு மைதானத்தின் படம் போன்றவை.

9 அவர்கள் தங்கள் படங்களை வரைந்து முடித்த பிறகு, சுவரொட்டியில் சரியான இடத்தில் தாங்கள் வரைந்த படத்தை ஒட்டச் சொல்லுங்கள்.

10 மகிழ்ச்சியான மற்றும் பாதுகாப்பான வாழ்க்கைக்குத் தேவையான பல்வேறு சேவைகளை சிறுவர்களுக்குக் காண்பிக்க இதை ஒரு வாய்ப்பாகப் பயன்படுத்தவும்.

செயற்பாடு 16 (பெரியவர்களும் சிறுவர்களும் தழுவிக்கொள்வதற்கான வாய்ப்புகள்): பாதுகாப்பான கைகள்

1 பங்கேற்பாளர்களை ஒரு காகிதத்தில் கையை வைத்து விரல்களை விரிக்கச் சொல்லுங்கள்.

2 பின்னர் பேனா அல்லது பென்சிலால் அவர்களின் கையை அதில் வரையச் சொல்லுங்கள்.

3 வரையப்பட்ட விரல்களில், சிறுவர்களின் உயிர் வாழும் உரிமை மீறப்படும் சந்தர்ப்பங்களை அவர்கள் கண்டால், அவர்கள் தொடர்பு கொள்ளக்கூடிய நபர்கள் அல்லது நிறுவனங்களின் பெயர்களை தனித்தனியாக எழுதச் சொல்லுங்கள். இதற்காக அவர்களுக்கு 05 நிமிடங்கள் மாத்திரம் வழங்கவும்.

4 அவர்களின் காகிதத்துண்டுகளை அவர்களுக்கு அடுத்துள்ள நபருடன் பரிமாறிக் கொள்ளச் சொல்லுங்கள்.

5 பின்னர் பங்கேற்பாளர்களை தங்களுக்கு அடுத்துள்ளவரின் பதில்கள் சரியாக உள்ளதா என்பதைச் சரிபார்க்கச் சொல்லுங்கள்.

6 முக்கியமான விடயம் ஏதேனும் விடுபட்டிருந்தால் அதை பற்றிக் கலந்துரையாடவும்.

7 படிக்கவோ எழுதவோ தெரியாத எவருக்கும், படிமுறை 03 வரையான செயன்முறைகளை வாய்மொழியாகச் செய்ய முடியும்.

4.4 அபிவிருத்திக்கான உரிமை - இது கல்வி, கவனிப்பு, ஓய்வு, விளையாட்டு மற்றும் பொழுதுபோக்கிற்கான உரிமை என்பவற்றைக் குறிக்கும்.

4.4.1 அறிமுகம்

சிறுவர்கள் ஆரோக்கியமாக உயிர் வாழ்வதையும், வளர்வதையும் உறுதி செய்யும் கடமை அரசாங்கங்களுக்கும் மற்றும் ஏனைய பெரியவர்களுக்கும் உள்ளது. அவர்கள் உயிருடன் இருக்கிறார்கள் மற்றும் தீங்குகளிலிருந்து பாதுகாப்பாக இருக்கிறார்கள் என்பதை மட்டும் உறுதி செய்வது மட்டுமல்லாமல், மாறாக, சிறப்பாக வாழ்வதற்கான அனைத்து வாய்ப்புக்களையும் உள்ளடக்குகிறது.

இந்தப் பகுதியானது, உயிர் வாழ்வதற்கான உரிமையில் என்ன உள்ளடங்கும், அது எவ்வாறு மீறப்படுகிறது, மீறல்கள் நிகழும்போது என்ன நடவடிக்கைகள் எடுக்கலாம் என்பன பற்றி கலந்துரையாடும்.

4.4.2 குறிக்கோள்கள்

பங்கேற்பாளர்களுக்கானது:

- உயிர் வாழ்வதற்கான உரிமை என்றால் என்ன என்பதைத் தெளிவாகப் புரிந்து கொள்ளல்.
- உயிர் வாழ்வதற்கான உரிமை மீறப்படும் சந்தர்ப்பங்களை அடையாளம் காணுதல்.
- இந்த மீறல்களைத் தடுக்க அவர்கள் என்ன நடவடிக்கைகளை எடுக்கலாம் என்பதைப்பற்றி அறிந்து கொள்ளுதல்.

4.4.3 ஏன் இந்த விடயத்தில் கவனம் செலுத்த வேண்டும்?

- நாளைய எதிர்காலம், இன்றைய சிறுவர்கள் ஆவர். அவர்கள் தான் நாளை தங்கள் குடும்பங்களுக்கும், தங்கள் நாடுகளுக்கும், தங்களுக்கும் ஏற்ற முக்கியமான முடிவுகளை எடுப்பார்கள்.
- அவர்கள் எதிர்காலத்தில் சிறந்த முடிவுகள் எடுப்பதனை உறுதி செய்ய வேண்டியது அவசியமானதாகும்.
- அவர்களின் உடல், மன, ஆன்மீக, தார்மீக, உளவியல் மற்றும் சமூக ரீதியான திறன்கள் விருத்தி செய்யப்பட வேண்டும்.
- இந்த நோக்கத்திற்காக, கல்வி, ஓய்வு நேரம், கவனிப்பு, விளையாட்டு மற்றும் பொழுதுபோக்கு நடவடிக்கைகள் ஆகியவற்றை சிறுவர்கள் அணுகுவதற்கான உத்தரவாதம் அவசியமானதாகும்.
- துரதிஸ்டவசமாக, இலங்கையில் சில சிறுவர்கள் ஒழுங்காகப் பாடசாலைக்குச் செல்வதில்லை, அல்லது அவர்களுக்குப் போதுமான ஓய்வு நேரம் கிடைப்பதில்லை அல்லது விளையாட்டில் ஈடுபடுவதில்லை அல்லது விளையாடுவதற்கு வாய்ப்புக் கிடைப்பதில்லை.
- எனவே, அபிவிருத்திக்கான உரிமையில் என்ன உரிமைகள் சேர்க்கப்பட்டுள்ளன என்பதைப் புரிந்துகொள்வது அவசியமாகும். இந்த விடயங்கள் எவ்வளவு முக்கியம் என்பதை அறிந்து கொள்வதன் மூலம் அவர்களுக்கோ அல்லது அவர்களுக்குத் தெரிந்தவருக்கோ இந்த உரிமைகள் மறுக்கப்பட்டால் சில நடவடிக்கைகளை எடுக்க முடியும்.

4.4.4 அபிவிருத்திக்கான உரிமை என்றால் என்ன?

- அபிவிருத்திக்கான உரிமை என்பது உடல் தேவைகளை விட பரந்துபட்டதாகும். சிறுவர்கள் தங்கள் திறன்களை வளர்த்துக் கொள்வதற்கான வாய்ப்புகளை அணுகுதலையும் இது கொண்டிருக்கும்.
- சிறுவர்கள் தங்களின் உடல், மன, ஆன்மீக, தார்மீக, உளவியல் மற்றும் சமூக வளர்ச்சிக்கு உதவும் விடயங்களை அணுகுவதற்கு வாய்ப்பு இருக்க வேண்டும்.
- இதன் பொருள் கல்வி, தகவல்களை அணுகல், ஓய்வு நேரம், கவனிப்பு மற்றும் விளையாட்டு மற்றும் பொழுதுபோக்கு நடவடிக்கைகள் போன்றவற்றை அணுக முடியும் என்பதாகும். அபிவிருத்திக்கான உரிமையானது பின்வருவனவற்றை உள்ளடக்கியதாகும்:

தரமான கல்விக்கான அணுகல்:

- இதன் பொருள் கல்வி என்பது பாதுகாப்பானதாகவும், செயற்பாட்டுத்தன்மை மிக்கதாவும் மற்றும் ஆரோக்கியமான சூழலினையும் கொண்டிருக்க வேண்டும் என்பதைக் குறிக்கும். கல்வி என்பது இலகுவில் அணுகக்கூடிய ஒன்றாக இருக்க வேண்டும். அதாவது, நகரங்கள் அல்லது கிராமப்புறங்கள் என எங்கு வாழ்ந்தாலும் அல்லது விசேட தேவையுடையவர்களாக இருந்தாலும் இல்லாவிட்டாலும் இது எல்லா சிறுவர்களுக்கும் இலவசமாக கிடைக்கக்கூடியதாக இருக்க வேண்டும்.
- நேரடியாகவோ அல்லது மறைமுகமாகவோ சிறுவர்களை, பாடசாலையிலுள்ள யாதேனும் ஒரு நபரோ அல்லது பாடசாலை நிர்வாகத்தினரோ பாகுபாடு காட்டக்கூடாது.
- கல்வியானது, சிறுவர்களின் கலாச்சாரத்தை மதித்து அதனை உள்ளடக்கியதாக இருக்க வேண்டும். அது அவர்களின் வாழ்க்கையோடு தொடர்புடையதாக இருக்க வேண்டும்.

- அது அவர்களின் மொழியில் கற்பிக்கப்பட வேண்டும், கற்றல் என்பது வகுப்பறையைத் தாண்டி வீடுகள் மற்றும் சமூகங்களுக்குச் சென்று இயற்கையுடன் இணைந்த வகுப்பறைகளை பயன்படுத்துவதாக இருக்க வேண்டும்.

- நல்ல தரமான கல்வி என்பது, பாடசாலைகளில் பயிற்சி பெற்ற ஆசிரியர்கள், வலுவான கற்றல் சூழல் மற்றும் தரமான பாடத்திட்டம் என்பவற்றைக் கொண்டிருத்தலைக் குறிக்கும்.

- மாறிவரும் சமூகங்கள் மற்றும் சமூகங்களின் தேவைகளுக்கு ஏற்ப கல்வி நெகிழ்வானதாக இருக்க வேண்டும். சிறுவர்களின் பரிணாமமடையும் திறன்களுக்கு எதிர்வினையாற்ற வேண்டும்.

- இது சிறுவர்களின் நல்வாழ்வுக்குத் தேவையான முக்கியமான தகவல்களை அணுகுவதையும் குறிக்கிறது. சிறுவர்கள் புத்தகங்கள், கணினிகள், இணையம், செய்தித்தாள்கள், பெரியவர்கள் போன்ற ஏனையவற்றின் மூலம் இந்தத் தகவல்களைப் பெற முடியும்.

ஓய்வெடுப்பதற்கும் விளையாடுவதற்குமான உரிமை:

- ஓய்வு மற்றும் பொழுது போக்கு உரிமை என்பது அவர்களின் வயதுக்கு ஏற்ற விளையாட்டு மற்றும் பொழுதுபோக்கு நடவடிக்கைகளில் ஈடுபடுதல் மற்றும் பண்பாடுசார் நடவடிக்கைகளை அனுபவித்தல் என்பனவற்றை உள்ளடக்கியதாகும்.

- சிறுவர்களுக்கு இரவு நேரங்களில் நல்ல உறக்கம் தேவை. இது சிறுவர்களுக்கு மிகவும் அவசியமானது, ஏனெனில் இது மூளை வளர்ச்சி மற்றும் அன்றாட செயற்பாடுகளில் பங்கு வகிக்கிறது. ஒரு சிறுவர் சரியாக உறங்கவில்லை என்றால், பாடசாலை நடவடிக்கைகளில் கவனம் செலுத்துவது மற்றும் அவர்களின் உணர்ச்சிகளைக் கட்டுப்படுத்துவது என்பன அவர்களுக்கு மிகவும் கடினமானதாக இருக்கும். ஆரோக்கியமான உணவு மற்றும் வழக்கமான உடற்பயிற்சியைப் போன்றே தூக்கமும் முக்கியமானதாகும்.

- அவர்கள் விளையாடுவதற்கும் மகிழ்ச்சியாக இருப்பதற்கும் வாய்ப்பு இருக்க வேண்டும். அதாவது, விளையாட்டில் ஈடுபடுவது, பள்ளி முடிந்ததும் நண்பர்களுடன் விளையாடுவது, சகோதரிகள் மற்றும் சகோதரர்களுடன் விளையாடுவது போன்றவற்றைக் குறிப்பிட முடியும். மகிழ்ச்சியாக இருப்பது வளர்ச்சியின் ஒரு முக்கிய பகுதியாகும்.

- சிறுவர்களின் உடல் மற்றும் மன வலிமை மற்றும் படைப்பாற்றலை வளர்ப்பதற்கான புதிய திறன்களைக் கற்றுக்கொள்வதற்கு விளையாட்டு மற்றும் பொழுது போக்கு என்பன முக்கியமானதாகும்.

- ஆனால் செயற்பாடுகள், சிறுவர்களுக்கு தீங்கு விளைவிக்காமல் இருப்பதை உறுதி செய்வது முக்கியமாகும். எ.கா: அதிக நேரம் ஸ்மார்ட் கையடக்கத் தொலைபேசிகளை பயன்படுத்துதல், வன்முறை வீடியோ விளையாட்டுகளை விளையாடுதல், ஆபாசத் திரைப்படங்களின் கட்டுபாட்டிற்கு உட்படல்.

- கலாசார/பண்பாட்டு நடவடிக்கைகளில் பங்கேற்கும் திறனானது சிறுவர்களின் அடையாளம், அறிவு, சுயமரியாதை, நல்வாழ்வு மற்றும் பெறுமானங்களை வளர்க்க உதவுகிறது. இதில் கிறிஸ்துமஸ், வெசாக், தீபாவளி, நோன்பு பண்டிகை போன்ற மதக் கொண்டாட்டங்கள், சித்திரைப் புத்தாண்டுக் கொண்டாட்டங்கள் போன்ற கலாச்சார நிகழ்வுகள், அன்னதானம் முதலியன உள்ளடங்கும்.

- வழிகாட்டுதல்களை வழங்குதல் பெற்றோரின் பொறுப்பாகும். சிறுவர்கள் செய்யும் செயல்கள் மற்றும் சிறுவர்கள் உள்வாங்கும் தகவல்கள் போன்றன தீங்கு விளைவிக்காதவை என்பதை அவர்கள் உறுதி செய்ய வேண்டும்.

- சிறுவர்கள், தங்களுக்குத் தேவையான முக்கியமான தகவல்களை பகுத்தறியவும், அந்தத் தகவல்களைப் புரிந்துகொள்ளவும் அவர்களுக்கு உதவ வேண்டும்.

- சிறுவர்களின் அபிவிருத்திக்கான உரிமை மீறப்படுவதற்கான பல சந்தர்ப்பங்களை இலங்கையில் காண முடிகிறது:

- ஆரம்பப் பள்ளி வயதுடைய 6% சிறுவர்கள் பாடசாலைக்கு செல்வதில்லை.

- 37% பெண் மாணவர்கள் மாதவிடாய்க் காலத்தில் ஓரிரு நாட்கள் பாடசாலைக்குச் செல்வதில்லை, ஏனெனில் அவர்களுக்குச் சுகாதார உடைகள் இல்லை.

- விசேட தேவையுடைய சிறுவர்களை உள்வாங்குவதற்குத் தேவையான போதிய

வசதிகளுடன் கூடிய பாடசாலைகள் இல்லாமை.

- சிறுவர்கள் சில நேரங்களில் பாடசாலைக்குச் செல்லாமல் அல்லது ஓய்வு இல்லாமல் தங்கள் குடும்பத்துக்கு உதவுவதற்காக வேலை செய்கிறார்கள்.

4.4.5 இந்த உரிமையை எவ்வாறு பாதுகாக்க முடியும்?

சட்டப் பாதுகாப்பு:

- சிறுவர்களின் உரிமைகள் மீதான ஐக்கிய நாடுகளின் சமவாயம் (UNCRC), அனைத்துலக பொருளாதார, சமூக, பண்பாட்டு உரிமைகள் உடன்படிக்கை (ICESCR) மற்றும் ஐக்கிய நாடுகளின் விசேட தேவையுடையோர் உரிமைகள் சமவாயம் (CRPD) உள்ளிட்ட சர்வதேச சமவாயங்கள் சிறுவர்கள் அபிவிருத்திக்கான உரிமையை அனுபவிக்க வேண்டும் என உறுதியளித்துள்ளன.

- சிறுவர்களின் இந்த உரிமையைப் பாதுகாக்கும் பல சட்டங்கள் இலங்கையிலும் உள்ளன:

  - அரசியலமைப்பின் 12ஆம் உறுப்புரை
  - 1998ஆம் ஆண்டின் 50ஆம் இலக்க தேசிய சிறுவர்கள் பாதுகாப்பு அதிகாரசபை
  - 2016ஆம் ஆண்டின் 12ஆம் இலக்க தகவல் அறியும் உரிமைச் சட்டம்
  - 1996ஆம் ஆண்டின் 28ஆம் இலக்க விசேடதேவையுடையோர் உரிமைகள் பாதுகாப்புச் சட்டம்
  - 20 ஏப்ரல் 2016இல் திகதியிடப்பட்ட கட்டாயக் கல்வி வர்த்தமானி இல. 1963/30 (எவ்வாறாயினும், கல்விக்கான உரிமை அரசியலமைப்பில் அடிப்படை உரிமையாக உத்தரவாதம் அளிக்கப்படவில்லை என்பதை நினைவில் கொள்க).

நடைமுறையில்:

பெரியவர்களுக்கானது:

- கல்வி, ஓய்வு மற்றும் விளையாட்டு தொடர்பான அனைத்து உரிமைகளையும் சிறுவர்கள் அனுபவிப்பதை உறுதி செய்யும் பொறுப்பு பெற்றோர் உட்பட பெரியவர்களுக்கு உள்ளது. சிறுவர்களின் குடும்பம் அவர்களின் உரிமைகளைப் பாதுகாப்பதற்கும் அவர்கள் முழுத் திறனை அடைவதற்கும் தேவையான மிக முக்கியமான அலகு ஆகும். பெற்றோர் மற்றும் குடும்பங்கள் பின்வருவனவற்றைச் செய்ய முடியும்:

  - சிறுவர்களின் அபிவிருத்திக்கான உரிமை என்றால் என்ன என்பதைப் பற்றி பெற்றோர்கள் தாங்களும், தங்கள் பிள்ளைகளுக்கும் கற்பிக்கவும். இந்த உரிமை எதைப் பற்றியது என்பதை அவர்கள் புரிந்து கொண்டு அத்துடன் அவர்களுக்குத் தெரிந்த எல்லா சிறுவர்களும் இந்த உரிமையை அனுபவிக்கிறார்களா என்பதைப் பற்றிச் சிந்தியுங்கள்.
  - சிறுவர்களின் ஓய்வு நேர நடவடிக்கைகளை, ஊடுருவாமல் கண்காணிக்கவும். பெற்றோர்கள் அல்லது பெரியவர்கள் சிறுவர்களின் சொந்த நலனுக்காக அவர்களின் செயற்பாடுகளை கண்காணிக்கிறார்கள் என்பதை சிறுவர்களுக்கு விளக்குங்கள். அவ்வாறு செய்ய வேண்டிய பொறுப்பு பெற்றோருக்கு உண்டு என்பதை விளக்குங்கள்.
  - சிறுவர்கள், தங்கள் உரிமைகள் அல்லது பிறரின் உரிமைகள் மீறப்படுவதாக உணர்ந்தால் அதற்கெதிராக குரல் கொடுக்க அவர்களை ஊக்குவிக்கவும்.
  - சிறுவர்கள் அதிக நேரம் ஸ்மார்ட் கையடக்க தெலைபேசியில் நேரத்தைச் செலவழித்தால், ஏனைய வீட்டு வேலைகளில் அவர்களை ஈடுபடுத்துவதற்கான வழிகளைச் சிந்தியுங்கள். தோட்டத்தில் உள்ள செடிகளுக்கு தண்ணீர் பாய்ச்சுவது போன்ற வேறு எதாவது செயலை தம்முடன் சேர்ந்து செய்ய அவர்களை அழைக்கவும்.
  - வீட்டிற்குள் "கையடக்க தொலைபேசியற்ற நேரங்கள் மற்றும் வலயங்களை நிறுவவும். வீட்டின் குறிப்பிடப்பட்ட பகுதிகளிலோ அல்லது குறிப்பிட்ட நேரத்திலோ கையடக்கத் தொலைபேசியை பயன்படுத்த முடியாது என்று சிறுவர்களிடம் கூறுங்கள்.
  - மனநலம் மற்றும் படிப்பில் செயல்திறன் குறைதல் ஆகியவற்றில் அதன் தாக்கம் உட்பட அதிகபடியான கையடக்கத் தொலைபேசி உபயோகத்தின் தாக்கம் பற்றி சிறுவர்களிடம்

பேசுங்கள்.

- கிராமத்தில் அல்லது அதற்கு அருகாமையில் உள்ள நல்ல பாடசாலைகள், விளையாட்டு மைதானங்கள் மற்றும் சிறுவர்கள் விளையாடும் பகுதிகள், நூலகங்கள், பெண்களின் சுகாதாரப் பொருட்கள் மலிவு விலையில் கிடைக்கப்பெறுதல் போன்ற சிறந்த வசதிகளுக்காக அப்பகுதியில் உள்ள அரசாங்க அல்லது அரசியல் அதிகாரமையங்களை மையப்படுத்தி கூட்டாக பிரச்சாரம் செய்யுங்கள்.

- விழிப்புடன் இருங்கள். சிறுவர்களின் வளர்ச்சி தொடர்பான உரிமைகள் மீறப்படுவதை யாதேனும் பெரியவர் பார்த்தாலோ, கேட்டாலோ அல்லது அறிந்தாலோ, அவர்களால்:

  - **தேசிய சிறுவர் பாதுகாப்பு அதிகாரசபை (NCPA) 1929** என்ற அவசர உதவி தொலைபேசி இலக்கத்தைத் தொடர்பு கொள்ளவும். நாட்டில் எந்த பாகத்திலிருந்தும், எந்த நேரத்திலும் மூன்று மொழிகளிலும் இலவசமாகத் தொடர்பு கொள்ளலாம். NCPA சிறுவர்களுக்கு தேவையான உளவியல் சேவைகள், சட்ட சேவைகள் அல்லது தொடர்புடைய ஏனைய சேவைகளில் உதவலாம்.

  - எல்லா பொலிஸ் நிலையத்திலும் உள்ள பெண் பொலிஸ் உத்தியோகத்தர்கள் பணியாற்றும் இலங்கை பொலிஸின் **சிறுவர் மற்றும் பெண்கள் பிரிவுக்கு** முறைப்பாடு செய்யுங்கள்.

  - உங்கள் மாகாணத்தின் நன்னடத்தை திணைக்களத்துடன் இணைக்கப்பட்டுள்ள **நன்னடத்தை அதிகாரிக்கு** தெரிவிக்கவும்.

  - **கிராம உத்தியோகத்தர், மாவட்ட உளவியல் உத்தியோகத்தர்** அல்லது மாவட்டச் செயலகத்தில் உள்ள **மாவட்ட சிறுவர் பாதுகாப்பு உத்தியோகத்தர்** அல்லது பிரதேச செயலகங்களில் நிலைகொண்டுள்ள பிரதேச சிறுவர் பாதுகாப்பு உத்தியோகத்தர்களுக்குத் தெரிவிக்கவும், அவர்கள் தேவையான உதவிச் சேவைகளை அல்லது பரிந்துரைகளை வழங்க முடியும்.

  - உரிமை மீறல் கல்வி தொடர்பானதாக இருந்தால், மாகாணத்திலுள்ள கல்வித் திணைக்களத்திற்கு தெரிவிக்கவும்.

  - **தகவல் அறியும் உரிமைச் (RTI) சட்டத்தின் கீழ் ஒரு விண்ணப்பத்தை** சமர்ப்பிக்கவும், விதிமீறல் தொடர்பான தகவல்களைத் தருமாறு அரசாங்க அதிகாரிகளை நிர்பந்திக்க வேண்டும். எ.கா: அப்பகுதியில் உள்ள ஒரு பாடசாலை மூடப்படப் போகிறது அல்லது பிள்ளையை பாடசாலையில் அனுமதிக்க மறுத்து விட்டால், பெற்றோர் அல்லது ஆர்வமுள்ள மற்றொரு நபர் பாடசாலை மூடப்படுவதற்கு அல்லது பிள்ளையை பள்ளியில் அனுமதிக்காததற்கான உண்மையான காரணங்கள் பற்றிய தகவல்களை அணுகுவதற்கான RTI விண்ணப்பத்தைச் சமர்ப்பிக்க முடியும்.

  - மாவட்ட அல்லது பிரதேச சிறுவர்கள் பாதுகாப்பு அலுவலர்கள் அல்லது பொலிஸ் அதிகாரிகள் போன்றவர்களுக்கு தெரியப்படுத்தி உதவக்கூடிய கிராம **சிறுவர்கள் மேம்பாட்டுக் குழு (VCDC)** அல்லது **பாடசாலைச் சிறுவர்கள் பாதுகாப்புக் குழுவுக்குத்** தெரிவிக்கவும்.

சிறுவர்களுக்கானது:

- சிறுவர் தங்களுக்கான உரிமை மீறப்படுவதாக நினைத்தால், அவர்கள் தனது குடும்பத்தினருடன் அல்லது நம்பகமான ஆசிரியர், அல்லது மற்றொரு வயது வந்தவரிடம் இதைப் பற்றிப் பேசலாம்.

- சிறுவர்கள் 16 வயது வரை கட்டாயம் பாடசாலைக்கு ஒழுங்காகச் செல்ல வேண்டும்.

- அதிகப்படியாக, ஒளித்திரையைப் பயன்படுத்துவது என்பது அதற்கு அடிமையாதல் என்பதைக் குறிக்கிறது என புரிந்து கொள்ளுங்கள். அவர்கள் கையடக்கத் தொலைபேசிகளுக்கு அடிமையாக இருந்தால், அதைப் பற்றி பெற்றோர், ஆசிரியர் அல்லது பிற நம்பகமான பெரியவர்களிடம் பேசுங்கள்.

செயற்பாடு 17 (சிறுவர்களுக்கானது): நான் யார்?

1. ஒவ்வொரு பங்கேற்பாளரிடமும் தங்களுக்குப் பிடித்த விலங்கைப் பற்றி சிந்திக்கச் சொல்லுங்கள். அதனை மற்றவர்களுடன் பகிர்ந்து கொள்ள வேண்டாம் என்று கூறுங்கள்.
2. ஒவ்வொரு பங்கேற்பாளரையும் முன்னே வந்து தங்களுக்குப் பிடித்த விலங்கை போல் நடித்துக் காட்டும்படி அழைக்கவும்.
3. மற்றவர்கள் அது எந்த விலங்கு என்பதைக் கண்டுபிடிக்க வேண்டும்.
4. பங்கேற்பாளர்கள் அனைவருக்கும் தங்களுக்குப் பிடித்த விலங்கைப் பிரதிபலிக்கும் வாய்ப்பை வழங்குங்கள்.
5. பின்னர், பங்கேற்பாளர்களிடம் இந்த விளையாட்டை விளையாடும் போது எவ்வாறு உணர்ந்தார்கள் என்று கேளுங்கள். அது அவர்களுக்கு மகிழ்ச்சியைத் தந்ததா? அவர்கள் அதே மாதிரியான மற்றொரு விளையாட்டை விளையாட உற்சாகமாக இருக்கிறார்களா? என்பன.
6. அவர்கள் விளையாட்டிலிருந்து புதிதாக ஏதாவது கற்றுக்கொண்டார்களா என்று அவர்களிடம் கேளுங்கள்.
7. மகிழ்ச்சியாக இருப்பது முக்கியம் என்பதையும், மகிழ்ச்சியான செயல்களில் இருந்தும் சிறுவர்கள் கற்றுக்கொள்ள முடியும் என்பதையும் வலியுறுத்திக் காட்டுங்கள்.

செயற்பாடு 18 (சிறுவர்களுக்கானது): பண்பாட்டு விழாக்கள்

1. பங்கேற்பாளர்களை 04 குழுக்களாகப் பிரிக்கவும்.
2. ஒவ்வொரு குழுவிற்கும் ஒரு தாள் மற்றும் நிறப் பென்சில்கள்,வர்ணக்கட்டி போன்றவற்றைக் கொடுங்கள்.
3. இலங்கையில் நடக்கும் கலாச்சார அல்லது மத விழாவினை பிரதிபலிக்கும் சுவரொட்டியை வரையுமாறு ஒவ்வொரு குழுவையும் கேளுங்கள். இரண்டு குழுக்களும் ஒரே மாதிரியான கருப்பொருட்களை தேர்ந்தெடுக்கவில்லை என்பதை உறுதிப்படுத்தவும். அவர்களுக்கு 30 நிமிடங்கள் கொடுங்கள்.
4. குழுக்கள் வரைந்து முடித்த பிறகு, அறையின் முன்புறத்தில் அவற்றைக் காட்சிப்படுத்தவும்.
5. ஒவ்வொரு விழாவைப் பற்றியும் பங்கேற்பாளர்களுக்கு என்ன தெரியும் என்று கேளுங்கள். ஒரு பிளிப்சார்ட்டில் இவற்றை பட்டியலிடுங்கள்.

6 தங்கள் நண்பர்களுடன் உல்லாசமாக இருக்கும் போது அவர்கள் எப்படிக் கற்றுக் கொள்ளலாம் என்பதைப் பற்றி வலியுறுத்துங்கள்.

7 குடும்பம் மற்றும் நண்பர்களுடன் அதிக நேரம் செலவிடுவது தனிமை உணர்வையும் ஸ்மார்ட் போன்களுக்கு அடிமையாகுவதையும் குறைக்கிறது என்று அவர்களிடம் சொல்லுங்கள். தங்கள் குடும்பத்தினருடன் அதிக நேரம் செலவிடுவதையும், கையடக்கத் தொலைபேசிகளை விட்டு விலகி இருப்பதையும் கருத்தில் கொள்ளும்படி அவர்களிடம் கேளுங்கள்.

செயற்பாடு 19 (பெரியவர்களுக்கானது): ஆடைகளை மேம்படுத்துவதற்கான உரிமை

1 ஒவ்வொரு பங்கேற்பாளருக்கும் ஒரு வெற்றுத் தாள் கொடுக்கவும்.

2 சில ஆடைகளின் வடிவத்தில் காகிதத்தை வெட்டச் சொல்லுங்கள், எ.கா: உடை, மேற்சட்டை போன்றவை (அல்லது காகிதத்தை வெவ்வேறு வடிவிலான ஆடைகளின் வடிவத்தில் நெறிப்படுத்துனர் முன்கூட்டியே வெட்டலாம்).

3 காகித ஆடை வடிவத்தில், அபிவிருத்திக்கான உரிமை பற்றிய செய்திகளை எழுதச் சொல்லுங்கள். இந்தச் செய்திகள் அபிவிருத்திக்கான உரிமை என்று அவர்கள் கருதுவது அல்லது சிறுவர்களின் அபிவிருத்திக்கான உரிமையை எவ்வாறு உறுதிப்படுத்துவது என்பது பற்றியதாக இருக்கலாம்.

4 செய்திகள் எழுதப்பட்டவுடன், அறை முழுவதும் ஒரு ஆடை வரிசையை வரைந்து, செய்திகளை ஆடை வரிசையில் தொங்கவிடவும். இது "அபிவிருத்திக்கான உரிமை என்று சொல்லும் ஆடை வரிசை" என்று அழைக்கப்படும்.

5 பங்கேற்பாளர்களை ஆடை வரிசையை பார்த்து சிந்திக்கும் படியும், முக்கியமான எதுவும் தவறவிடப்பட்டுள்ளதா? என்பதைக் கவனித்து செயற்பாட்டை நிறைவு செய்யவும்.

4.5 பாதுகாப்பிற்கான உரிமை - சுரண்டல், துஸ்பிரயோகம் மற்றும் புறக்கணிப்பு ஆகியவற்றிலிருந்து பாதுகாப்பை உறுதி செய்வதாகும்

4.5.1 அறிமுகம்

ஒவ்வொரு சிறுவர்களும் அவர்கள் பிறந்த பிறகு அனைத்து வகையான தீங்குகளிலிருந்தும் பாதுகாப்பாக இருக்க உரிமை உண்டு. வீட்டிலும் வீட்டிற்கு வெளியேயும் சிறுவர்கள் உடல் மற்றும் உளவியல் ரீதியான பாதிப்புகளில் இருந்து பாதுகாக்கப்படுவதை உறுதி செய்ய வேண்டிய கடமை அரசாங்கங்களுக்கும் பெரியவர்களுக்கும் உண்டு. பாதுகாப்பிற்கான உரிமையில் என்ன உள்ளடங்கும், அது எவ்வாறு மீறப்படுகிறது, உரிமை மீறல்கள் நிகழும் போது என்ன நடவடிக்கைகள் எடுக்கலாம் என்பதைப் பற்றி இந்தப் பகுதி கலந்துரையாடும்.

4.5.2 குறிக்கோள்கள்

பங்கேற்பாளர்களுக்கானது:

- பாதுகாப்பு உரிமை என்றால் என்ன என்பதைப் பற்றி தெளிவாகப் புரிந்து கொள்ளல்.
- பாதுகாப்பிற்கான உரிமை மீறப்படும் நிகழ்வுகளை அடையாளம் காணுதல்.
- இந்த மீறல்களைத் தடுக்க அவர்கள் என்ன நடவடிக்கைகளை எடுக்கலாம் என்பதைப் பற்றி அறிந்து கொள்ளுதல்.

4.5.3 ஏன் இந்தப் பகுதியில் கவனம் செலுத்த வேண்டும்?

- அப்பாவிச் சிறுவர்கள் மற்றும் பெரும்பாலும் தம்மை தற்காத்துக்கொள்ள முடியாதவர்கள், இதன் காரணமாக பாதிக்கப்படலாம்.
- சிறுவர்களைத் துன்புறுத்தவோ அல்லது துஸ்பிரயோகத்திற்கு உட்படுத்தவோ கூடாது என்றாலும் இது நடக்கிறது.
- இத்தகைய தீங்குகள் அவர்களின் மனம் மற்றும் உடல் ஆரோக்கியத்தைப் பாதிக்கும்.
- இது வாழ்நாள் முழுவதும் கூட நீடிக்கும். அது வெற்றிகரமான பெரியவர்களாக அவர்கள் வருவதைத் தடுக்கிறது.
- ஆனால் சிறுவர்கள் பெரும்பாலும் தங்களைப் பாதுகாத்துக் கொள்ளத் தேவையான திறன்களைக் கொண்டிருப்பதில்லை.
- எனவே, சிறுவர்களுக்கு ஏற்படும் பாதிப்புகளைத் தடுப்பதும், அவர்களைப் பாதுகாப்பதும் முக்கியமானதாகும். சிறுவர்களைப் பாதுகாப்பதும், பாதுகாப்பாக இருப்பதற்கான திறன்களைக் கற்பிப்பதும் பெற்றோர்கள், ஆசிரியர்கள், உறவினர்கள் என பெரியவர்களின் பொறுப்பாகும்.
- தீங்குகளிலிருந்து அவர்களைப் பாதுகாப்பதன் மூலம், சிறுவர்கள் செழித்து வாழவும், மகிழ்ச்சியாக இருக்கவும், இனிமையான நினைவுகளைப் பெறவும், நன்றாக செம்மைப்படுத்தப்பட்ட பெரியவர்களாக அவர்கள் வளரவும் வழிவகுக்கிறது.
- எனவே, பாதுகாப்பிற்கான உரிமையில் என்ன உரிமைகள் உள்ளடக்கப்பட்டுள்ளன என்பதைப் புரிந்துகொள்வது அவசியம். இந்த விடயங்கள் எவ்வளவு முக்கியம் என்பதை அறிந்து கொள்வதன் மூலம் அவர்களுக்கோ அல்லது அவர்களுக்குத் தெரிந்தவருக்கோ இந்த உரிமைகள் மறுக்கப்பட்டால் சில நடவடிக்கைகளை எடுக்க முடியும்.

4.5.4 பாதுகாப்பதற்கான உரிமை என்றால் என்ன?

- அனைத்து சிறுவர்களும் அனைத்து வகையான உடல் அல்லது உள ரீதியான வன்முறைகளிலிருந்து பாதுகாப்பாக இருக்க உரிமை உண்டு.
- இதன் பொருள், பாலியல் துஸ்பிரயோகம் உட்பட அவர்களைக் காயப்படுத்தவோ அல்லது துஸ்பிரயோகப்படுத்தவோ, புறக்கணிக்கவோ அல்லது சுரண்டவோ முடியாது.
- இது சிறுவர்களின் உடலையும் மனதையும் பாதுகாப்பதோடு தொடர்புடையது.
- சிறுவர்களுக்கு, அவர்களின் உடல் அவர்களுக்கு மட்டுமே சொந்தமானது என்று கற்பிக்க வேண்டும். அவர்களின் உடலில் யாரும் உரிமை கோர முடியாது. இதன் பொருள் அவர்களை அடிக்கவோ, உதைக்கவோ, அசைக்கவோ அல்லது பாலியல் ரீதியான தகாத நடத்தைக்கு உட்படுத்தவோ முடியாது.
- அவர்களைத் தொடர்ந்து தூற்றுவது, தீங்கு விளைவிக்கும் வகையில் அச்சுறுத்துவது போன்ற மன உபாதைகளுக்கு ஆளாக்குவதும் தவறாகும்.
- பாதுகாப்பிற்கான உரிமையில் பின்வருவன உள்ளடங்கும்:

சிறுவர் ஊதியத்திலிருந்து பாதுகாக்கப்படுதல்.

- சிறுவர் ஊதியம் என்பது சிறுவர்களுக்கு தீங்கு விளைவிக்கும் அல்லது சிறுவர்களை சுரண்டும் வேலை ஆகும்.
- இது சில நேரங்களில் ஆபத்தானது மட்டுமல்லாமல் அவர்களின் கல்வியையும் தடுக்கிறது.
- பெரும்பாலும், சிறுவர்களுக்கு நல்ல ஊதியம் வழங்கப்படுவதில்லை அல்லது அவர்களின் உழைப்புக்கான ஊதியம் எதுவும் வழங்கப்படுவதில்லை.

- இது பெரும்பாலும் வறுமையால் நிகழ்கிறது.

தீங்கு விளைவிக்கும் போதைப் பொருட்கள், மது மற்றும் புகையிலை ஆகியவற்றிலிருந்து பாதுகாக்கப்படுதல்.

- போதைப்பொருட்கள் ஆபத்தானவை.
- போதைப்பொருட்கள் அவர்களின் உடலிலும் மனதிலும் பல பிரச்சினைகளை உண்டாக்கும். அது அவர்களின் கல்வியைப் பாதிக்கும். இதனால் சில சந்தர்ப்பங்களில் அவர்கள் நண்பர்களையும் இழக்க நேரிடும்.
- போதைப்பொருளைப் பயன்படுத்துவதும் அல்லது அதை எடுத்துச் செல்லுவதும் சட்டத்திற்கு எதிரானது.

வன்முறையிலிருந்து பாதுகாக்கப்படுதல்.

- வன்முறையில் குடும்ப வன்முறையும் உள்ளடங்கும்.
  - குடும்ப வன்முறை என்பது வீட்டிலுள்ள ஒரு பெரியவர் மற்றொரு பெரியவர் மற்றும்/அல்லது சிறுவர்களை அச்சுறுத்துவது, கொடுமைப்படுத்துவது அல்லது காயப்படுத்துவதாகும்.
  - குடும்ப வன்முறை பின்வருவனற்றுடன் தொடர்புடையது:
    - உதைத்தல், குத்துதல், அடித்தல்
    - யாரையாவது கொன்றுவிடுவேன் அல்லது காயப்படுத்துவேன் என்று மிரட்டுதல்
    - மற்றொரு நபரைக் கட்டுப்படுத்துவது, அவர்கள் எங்கு செல்லலாம், என்ன அணியலாம் என்று கூறுவது போன்றன.
    - ஒருவரின் பணத்தைக் கட்டுப்படுத்துவது, அதாவது அவரை பணம் வைத்திருக்க விடாமல் தடுப்பது அல்லது வேலைக்குச் செல்லும் ஒருவரை போக வேண்டாம் என தடுப்பது போன்றன.
    - ஒருவரைக் குற்ற உணர்ச்சிக்கு உட்பட வைப்பது, அவர்களை விமர்சிப்பது அல்லது அவர்களை குறைவான மதிப்பீட்டை உடையவராக உணர வைப்பது மற்றும் அவர்களுக்காக உடன் நிற்பதை நிறுத்துவது போன்றன.
    - மற்றைய நபரின் மின்னஞ்சல்கள், உரைச் செய்திகள் அல்லது கடிதங்களைப் படித்தல்
    - ஒருவரை அவரது விருப்பமில்லாமல் பாலியல் ரீதியான செயலை செய்ய வைத்தல்
  - இது சிறுவர்களை பாதுகாப்பற்றவர்களாக உணர வைக்கிறது, அது அவர்களை பயமுறுத்துகிறது மற்றும் அவர்களை வருத்தப்பட வைக்கிறது.
- வன்முறையும் சிறுவர் துஸ்பிரயோகமாக இருக்க முடியும்.
  - சிறுவர் துஸ்பிரயோகம் என்பது ஒரு பெரியவர் சிறுவரை காயப்படுத்துவதுதாகும். அது விபத்து அல்ல.
  - துஸ்பிரயோகம் வீட்டிலோ, பாடசாலையிலோ அல்லது வேறு எந்த இடத்திலோ நடக்கலாம்.
  - துஸ்பிரயோகம் பின்வரும் அடிப்படையில் இடம் பெறலாம்:
    - **உடல் ரீதியான துஸ்பிரயோகம்:** அடித்தல், குலுக்குதல், மூச்சுத் திணறடித்தல், எரித்தல், கிள்ளுதல், உதைத்தல் மற்றும் வலி அல்லது காயத்தை ஏற்படுத்தும் வேறு ஏதேனும் செயலின் மூலம் ஒரு பெரியவர் சிறுவர்களைக் காயப்படுத்துவதாகும். ஒரு சிறுவர் உடல் ரீதியாக துஸ்பிரயோகம் செய்யப்பட்டால், அவர்களின் உடலில் கீறல்கள், காயங்கள் அல்லது பிற அடையாளங்களைக் காணலாம். உடல் ரீதியான தண்டனை என்பது உடல் ரீதியான துஸ்பிரயோகத்தின் ஒரு வடிவமாகும். சிறுவர்களின் உரிமைகள் மீதான ஐக்கிய நாடுகளின் சமவாயத்தை (UNCRC) மேற்பார்வையிடும் சிறுவர்களின் உரிமைகளுக்கான ஐக்கிய நாடுகள் சபைக் குழுவானது உடல் ரீதியான தண்டனையை, "உடல் வலிமை பயன்படுத்தப்பட்டு, ஓரளவு வலி அல்லது அசௌகரியத்தை ஏற்படுத்தும் நோக்கம் கொண்ட

எந்தவொரு தண்டனையும் ஆகும் ” என்று வரையறுக்கிறது.

- **உணர்ச்சி ரீதியான துஸ்பிரயோகம்:** ஒரு பெரியவர், சிறுவர்களை எப்பொழுதும் தூற்றுவது, கைவிடுவதாக அச்சுறுத்துவது அல்லது மோசமான விடயங்களைக் கூறுவது என்பனவாகும். ஒரு சிறுவர் உணர்ச்சி ரீதியாக துஸ்பிரயோகம் செய்யப்பட்டால், யாரும் தங்களைப் பற்றி கவலைப்படுவதில்லை என்று நினைக்கக்கூடும்.

- **பாலியல் துஸ்பிரயோகம்:** ஒரு பெரியவர் அல்லது சிறுவர்களை விட வயதான ஒருவர் சிறுவரின் பிறப்புறுப்பைத் தொடுதல் அல்லது ஒரு சிறுவர் வயதானவரின் பிறப்புறுப்பைத் தொடுவதாகும். பிறப்புறுப்புகள் என்பது குளிக்கும் உடைகள் அல்லது உள்ளாடைகளால் மூடப்பட்ட பாகங்கள் ஆகும். இவை சில நேரங்களில் “அந்தரங்க பாகங்கள்” என்று குறிப்பிடப்படுகின்றன. (நெறிப்படுத்துனர்களுக்கான குறிப்பு: ஒரு நபரின் பிறப்புறுப்புகள் பெற்றோர்கள் மற்றும் சிறுவர்களால் பல பேச்சு வழக்கு வார்த்தைகளால் குறிப்பிடப்படுகின்றன என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள். எனவே, இந்த சொற்களைக் குறிப்பிடுவது பயனுள்ளதாக இருக்கும், ஆனால் சரியான சொற்றொடர் “பிறப்புறுப்புகள்” என வலியுறுத்துங்கள்). ஒரு பெரியவர், சிறுவரின் உதடுகளை தனது உதடுகளால் தொட்டால் அதுவும் சிறுவர் துஸ்பிரயோகமாக இருக்க முடியும். ஒரு பெரியவர் ஒரு சிறுவரிடம், ஆடைகள் இல்லாமல் அவர்களின் படங்களை கேட்டாலோ அல்லது திரைப்படங்களை காட்டினாலோ அல்லது ஒரு சிறுவரின் இந்த வகையான படங்களை எடுத்தாலோ அது பாலியல் துஸ்பிரயோகம் ஆகும். ஒரு சிறுவர் பாலியல் துஸ்பிரயோகம் செய்யப்பட்டால், அவர்கள் அசௌகரியமாகவோ, பயமாகவோ அல்லது குழப்பமாகவோ உணரலாம்.

- நிகழ்நிலையிலும் வன்முறைகள் இடம்பெறுகிறது. இது பௌதீக ரீதியான தொடர்பு மூலம் மட்டும் இடம்பெறுவதில்லை.

- சைபர் குற்றங்கள் என்பது கணினிகள் மற்றும்/அல்லது இணையத்தைப் பயன்படுத்திச் செய்யப்படும் சட்டவிரோதமான செயல்கள் ஆகும்.

- இதில் வேறொருவரின் தனிப்பட்ட தகவல்களைத் திருடுவது, அவர்களின் தகவல்களைத் தரும்படி கூறி அவர்களை ஏமாற்றுவது (பாலியல் சுரண்டலுக்கு வழிவகுப்பது), பெரியவர்கள் அல்லது சிறுவர்களின் நிர்வாணப் படங்களையும் வீடியோக்களையும் இணையம் மூலம் எடுப்பது அல்லது பகிர்வது (ஆபாசப் படங்கள்), மின்னஞ்சல் அல்லது தொலைபேசி மூலம் அச்சுறுத்தும் அல்லது தவறான செய்திகளைப் பெறுதல் அல்லது அச்சுறுத்தும் தொலைபேசி அழைப்புகளைப் பெறுதல் என்பன உள்ளடங்கும்.

- இப்போதெல்லாம், சிறுவர்கள் தமது அன்றாட வாழ்வில் தொழில்நுட்பத்திற்கு ஆட்பட்டுள்ளனர்.

- அவர்கள் புதியவற்றை அறியும் ஆர்வமுள்ளவர்களாகவும், அப்பாவியாகவும், எதையும் நம்புபவர்களாகவும் இருக்கிறார்கள். தனிப்பட்ட தகவல்களைப் பகிர்ந்து கொள்வதில் அவர்கள் எளிதாக ஏமாற்றப்படலாம்.

- இதனால் இணையவழிக் குற்றங்களுக்கு (Cyber-crimes) உட்படும் நிலையில் உள்ளனர்.

- வன்முறை என்பது போருடன் தொடர்புடையதாக இருக்கலாம்.

- போர்க்காலத்தில், ஒவ்வொரு சிறுவர்களும் போரிலிருந்து பாதுகாக்கப்பட வேண்டும் அல்லது சண்டையில் சேர வேண்டும்.

- இந்தப் பிரச்சனைக்குத் தீர்வு காண சட்டச் சீர்திருத்த முயற்சிகள் நடந்து வருகின்றன

- சிறுவர்கள் அகதிகளாக இருக்கும் போது அவர்களுக்கு சிறப்பு உதவியும் பாதுகாப்பும் இருக்க வேண்டும்.

சுரண்டலில் இருந்து பாதுகாக்கப்படுதல்.

- சுரண்டலில் ஆட்கடத்தலும் உள்ளடங்கும்.

- ஆட்கடத்தலால் பாதிக்கப்பட்ட மக்கள், மற்றொரு நபருக்கு நன்மை செய்வதற்காக அவர்களின் விருப்பத்திற்கு எதிராக (பலத்தால், கையாளுதலால், அல்லது கட்டுப்படுத்துதல்) சுரண்டப்படுகிறார்கள் (பயன்படுத்தப்படுகிறார்கள்). (உதாரணமாக, பாலியல் ரீதியாக, உடல் ரீதியாக மற்றும் பிறவற்றைக் கூறலாம்) சுருக்கமாக, இது இலாபத்திற்காக மக்களை விற்பதாகும்.

- சிறுவர்களை கட்டாயப்படுத்தாமலும் அல்லது சிறுவர்களின் சம்மதத்துடனும் கூட சிறுவர்கள் கடத்தப்படலாம்.

- ஏனென்றால், சட்டத்தின் கீழ் ஒப்புதல் அளிக்கும் அளவுக்கு ஒரு சிறுவர் முதிர்ச்சியடையந்தவர் அல்ல.

- சுரண்டல் என்பது ஒரு சிறுவரை திருமணத்திற்கு கட்டாயப்படுத்துவதாகக்கூட இருக்கலாம்.

  - இலங்கையில் ஒருவர் சட்டப்பூர்வமாகத் திருமணம் செய்ய வேண்டுமானால் 18 வயதிற்கு மேற்பட்டவராக (முஸ்லிம் சட்டத்தினைத் தவிர்த்து) இருக்க வேண்டும்.

  - சிறுவர் திருமணம் என்பது சிறுவர் ஒருவர் ஒரு பெரியவருடன் அல்லது மற்றொரு சிறுவருடன் செய்து கொள்ளும் திருமணம் ஆகும்.

  - சிறுவர்கள் பாடசாலைக்குச் செல்வதைத் தவிர்ப்பது, அவர்களுக்குத் தீங்கு விளைவிக்கும். அவர்கள் சில நேரங்களில் தங்கள் நண்பர்கள் மற்றும் குடும்பத்தினரிடமிருந்து தூரமாக்கப்படுகிறார்கள் மற்றும் அது உடல் ரீதியாக அவர்களுக்குத் தீங்கு விளைவிக்கும்.

  - சிறுவர் திருமணங்கள் பல்வேறு இன அல்லது மத சமூகங்களில் உள்ள சிறுவர்களை வெவ்வேறு வகையில் பாதிக்கிறது. எ.கா: முஸ்லீம் சமூகத்திற்குப் பொருந்தும் முஸ்லீம் திருமணம் மற்றும் விவாகரத்துச் சட்டத்தின் கீழ், திருமணம் செய்து கொள்வதற்கு, குறைந்தபட்ச சட்டப்பூர்வ வயதெல்லை இல்லை. அதாவது பராயமடையாத பெண் சிறுவர்களுக்குக் கூட திருமணம் செய்து வைக்கப்படலாம்.

- இலங்கையில் துரதிஸ்டவசமாக, பாதுகாப்பிற்கான உரிமையை முழுமையாக அனுபவிக்க முடியாத பல சிறுவர்கள் உள்ளனர்:

- மொத்தக் சிறுவர்களில் 1% சிறுவர்கள் தொழிலாளர்களாகப் பயன்படுத்தப்பட்டுள்ளனர்.

- 10% பெண்கள் 18 வயதிற்கு முன்பே திருமணம் செய்து கொள்கிறார்கள்.

- 2022 இல் NCPAஇல் 10497 சிறுவர் துஸ்பிரயோக வழக்குகள் பதிவாகியுள்ளன.

- கால்வாசிக்கும் அதிகமான சிறுவர்கள் தங்கள் வாழ்நாளில் ஒருமுறையாவது இணைய ரீதியான வன்முறையை (Cyber Crime) அனுபவித்திருக்கிறார்கள்.

4.5.5 இந்த உரிமையை எவ்வாறு பாதுகாக்க முடியும்?

சட்டப் பாதுகாப்பு:

- UNCRC, ICCPR, ICESCR, CEDAW, CRPD உள்ளிட்ட சர்வதேச அளவிலான சமவாயங்கள், சிறுவர்கள் தங்கள் பாதுகாப்பிற்கான உரிமையை அனுபவிப்பதை உறுதி செய்கிறது.

- சிறுவர்களின் இந்த உரிமையைப் பாதுகாக்கும் பல சட்டங்கள் இலங்கையிலும் உள்ளன:
  - அரசியலமைப்பின் உறுப்புரை 11 மற்றும் 12
  - 1998ஆம் ஆண்டின் 50ஆம் இலக்க தேசிய சிறுவர் பாதுகாப்பு அதிகாரசபை
  - தண்டனைச் சட்டக் கோவை
  - 2005ஆம் ஆண்டின் 34ஆம் இலக்க குடும்ப வன்முறைத் தடுப்புச் சட்டம்
  - 1983ஆம் ஆண்டின் 22ஆம் இலக்க ஆபாசமான வெளியீடுகள் (திருத்தம்) சட்டம்
  - 2007ஆம் ஆண்டின் 24ஆம் இலக்க கணினி குற்றங்கள் சட்டம்

- உடல் ரீதியான தண்டனையை தடை செய்யும் கல்வி அமைச்சினால் வெளியிடப்பட்ட சுற்றறிக்கை இலக்கம் 12/2016
- 20 ஏப்ரல் 2016 திகதியைக் கொண்ட கட்டாயக் கல்வி தொடர்பான 1963/30 வர்த்தமானி
- பல தொழிலாளர் சட்டங்கள்

நடைமுறையில்:

பெரியவர்களுக்கானது:

◆ சிறுவர்களைப் பாதுகாப்பது பலரின் பொறுப்பு ஆகும்:

- வன்முறை, துஸ்பிரயோகம் அல்லது சுரண்டலுக்கு ஆளான சிறுவர்கள் அவர்களுக்குத் தேவையான கவனிப்பைப் பெறுவதை உறுதிப்படுத்த வேண்டிய கடமை அரசாங்கங்களுக்கு உள்ளது.
- பெற்றோர்களும் குடும்பங்களும் சிறுவர்களை கவனித்து அவர்களைப் பாதுகாக்க வேண்டும்.
- ஆசிரியர்கள் மற்றும் விளையாட்டுப் பயிற்றுவிப்பாளர்கள் போன்ற எந்தவொரு குறிப்பிட்ட காலப்பகுதிக்கும் பொறுப்பானவர்கள் அல்லது பொறுப்பில் இருப்பவர்கள் சிறுவர்களைக் கவனித்துக் கொள்ள வேண்டும்.

◆ பெற்றோர் மற்றும் குடும்பத்தினர்:

- ஒரு சிறுவனின் பாதுகாப்பிற்கான உரிமை என்றால் என்ன என்பதைப் பற்றித் தாமும் கற்றுத் தங்கள் பிள்ளைகளுக்கும் கற்பிக்கவும். இந்த உரிமை எதைப் பற்றியது மற்றும் அது எவ்வாறு மீறப்படுகிறது என்பதை அவர்கள் புரிந்து கொண்டதைப் பிரதிபலிக்கவும்.
- அவர்களுக்குத் தெரிந்த எல்லாச் சிறுவர்களும் இந்த உரிமையை அனுபவிக்கிறார்களா என்பதைப் பற்றிச் சிந்தியுங்கள். தங்களுக்குப் பாதுகாப்பாக இருக்க உரிமை உண்டு என்பதை பிள்ளைகள் புரிந்து கொள்ளும் போது, துஸ்பிரயோகம் தங்களின் தவறு என்று அவர்கள் நினைப்பது குறைந்து, குற்றவாளிக்கு எதிராக புகாரளிக்கும் வாய்ப்புகள் அதிகரிக்கும்.
- அவர்களின் பிள்ளைகளைக்கு செவிமடுக்கக் கற்றுக் கொடுத்து அவர்களிடம் நம்பிக்கையை வளர்க்கவும். இது பிள்ளைகளை, அடிக்கடி பெற்றோரின் மீது நம்பிக்கை வைத்து அவர்களை தாம் சார்ந்த தரப்பாகவும் அவர்களைப் பாதுகாக்கும் ஒருவராகவும் பார்க்க ஊக்குவிக்கும். அவர்கள் சிக்கலில் இருப்பதாக நினைத்தால், பெற்றோரிடம் வரச் சொல்ல மறக்காதீர்கள்: எ.கா- “தயவுசெய்து நீங்கள் என்னிடம் எதையும் சொல்லலாம் என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள். நான் உன்னை முற்கற்பிதம் கொள்ளவோ தண்டிக்கவோ மாட்டேன். என்னால் உனக்கு உதவ முடியும்” என அவர்களிடம் கூற முடியும்.
- அவர்கள், தங்கள் பிள்ளைகளை துஸ்பிரயோகம் செய்யவில்லை என்பதை உறுதிப்படுத்த பெற்றோர்கள் தங்களின் நடத்தையைச் சரிபார்க்கவும். “பிள்ளைகளை ஒழுங்கிற்கு கொண்டுவருதல்” என்பது சிந்தித்து செய்யப்பட வேண்டிய ஒன்றாகும். துஸ்பிரயோகம் என்பது உடல் ரீதியானது மட்டுமல்ல மாறாக சொற்களும் செயல்களும் கூட புண்படுத்தக் கூடியதாகும். மோதல்களை அடிக்காமலும் அல்லது தூற்றாமலும் தீர்த்துக்கொள்ள முடியும் என்பதை சிறுவர்களுக்கும் மற்றும் ஏனைய பெரியவர்களுக்கும், காட்ட செயற்பாடுகளைப் பயன்படுத்தவும்.
- வயதிற்கு ஏற்ற மொழிநடையில் சிறுவர்களிடம் பின்வருபவனவற்றைப் பற்றிப் பேசுங்கள்:

- ஆபாச படம் என்றால் என்ன – மிகவும் வயது குறைந்த சிறுவர்களுக்கு “ஆபாச படங்கள் என்பது ஆடை அணியாமல் உள்ள நபர்களின் படங்கள்” போன்ற சொற்றொடர்களைப் பயன்படுத்துங்கள். “இது உங்களுக்கு அசௌகரியம், சங்கடம் அல்லது உங்களுக்கு உடல்நிலை சரியில்லாத நிலையை உருவாக்கலாம்.” வயதான சிறுவர்கள், அது அவர்களுக்கு உற்சாகமாக இருக்கும் என்பதை ஒப்புக்கொள்கிறார்கள்
- நிகழ்நிலை வன்முறை எப்படி நிகழலாம்.
- பாலியல் துஸ்பிரயோகம் பற்றி அவர்களுக்குக் கற்பிக்கவும். மிகச் சிறிய வயதினையுடைய சிறுவர்களுக்கு ‘சரியான தொடுகை/ தவறான தொடுகை’ மற்றும் ‘அறியாதவர்கள் மூலமான ஆபத்து’ முதலியன பற்றிய செய்திகளை வழங்க வேண்டும்.
- சிறுவர்களுடன் பாலியல் தொடர்பாக

பேசுவது ஒருபோதும் காலத்திற்கு முந்திய விடயமல்ல. இந்த உரையாடல்களை மேற்கொள்ளுவதற்கு பெற்றோர்கள் சிறந்தவர்கள் ஆவர். சிறு வயதிலிருந்தே பாலியல் மற்றும் மனித உடலைப் பற்றி பேசுவது, உடலுறவும் பாலுறவும் வாழ்க்கையின் ஆரோக்கியமான பகுதிகள் என்பதை சிறுவர்கள் புரிந்துகொள்ள உதவும். இது பெண் சிறுவர்களின் SRHR ஐ மேம்படுத்த உதவுவதோடு, கட்டிளமைப்பருவ மற்றும் திட்டமிடப்படாத கர்ப்பங்களைத் தவிர்க்கத் தேவையான அறிவையும் அவர்களுக்கு வழங்கும். சிறுவர்கள் பாலியல் துஸ்பிரயோகத்தை அடையாளம் காணவும், அத்தகைய துஸ்பிரயோகத்தைப் பற்றி வெளிப்படுத்தவும் புகாரளிக்கவும் இது உதவும்.

- சிறுவர்களுக்கு அவர்களின் உடல் உறுப்புகளின் பெயர்களைக் கற்பிக்கும் போது, அவர்களின் உடல் உறுப்புகளின் துல்லியமான பெயர்களைப் பயன்படுத்துவது அவசியம். அவர்களுக்கு பின்வரும் பெயர்களைக் கற்றுக்கொடுங்கள்: முலைக்காம்புகள், மார்பகங்கள், அடிப்பகுதி, ஆண் பிறப்புறுப்பு, பெண் பிறப்புறுப்பு மற்றும் ஆசனவாய். இந்த சரியான பெயர்களை அறிந்துகொள்வது சிறுவர்களை பாலியல் துஸ்பிரயோகத்திலிருந்து பாதுகாக்க உதவுகிறது, ஏனெனில், சிறுவர்களுக்குப் பயன்படுத்த வேண்டிய வார்த்தைகள் என்னவென்று தெரியாததால், பாலியல் துஸ்பிரயோகத்தைப் பற்றிக் கலந்துரையாடுவது பெரும்பாலும் சிறுவர்களுக்குக் கடினமாக இருக்கும். சிறுவர்களுக்கு சிறு வயதிலிருந்தே இந்த வார்த்தைகளைப் பற்றிக் கற்றுக் கொடுத்தால், அவர்கள் பாலியல் வன்கொடுமைக்கு ஆளானால் என்ன நடந்தது என்பதை சிறப்பாக விவரிக்க முடியும் மற்றும் சரியான வார்த்தைகளைப் பயன்படுத்த பயப்பட மாட்டார்கள்.

- குடும்ப வன்முறை, போதைப்பொருள் பாவனை போன்றவை தொலைக்காட்சியில் காட்டப்பட்டால், அதை உரையாடலாக மாற்றவும். சிறுவர்கள் அதைப்பற்றி என்ன நினைக்கிறார்கள், அது எப்படித் தீங்கு விளைவிக்கும், அவர்கள் அதை அனுபவித்தால் என்ன செய்ய வேண்டும் என்பதைப் பற்றிப் பேசுங்கள்.

- சிறுவர்களின் ஓய்வு நேர நடவடிக்கைகளில் ஊடுருவாமல் கண்காணிக்கவும். பெற்றோர்கள் அல்லது பெரியவர்கள் அவர்களுடைய சொந்த நலனுக்காகவே அவர்களின் செயற்பாடுகளை கண்காணிக்கிறார்கள் என்பதை சிறுவர்களுக்கு விளக்குங்கள். அவ்வாறு செய்ய வேண்டிய பொறுப்பு பெற்றோருக்கு உண்டு என்பதை விளக்குங்கள். சிறுவர்களின் பாதுகாப்பு என்பது பெற்றோரின் முதன்மையான முன்னுரிமை வியடமாகும்.

- பொழுதுபோக்குகள், விளையாட்டுகள் மற்றும் அவர்களுக்கு ஆர்வமுள்ள எந்தவொரு ஓய்வு நேர நடவடிக்கைகளிலும் பங்கேற்க சிறுவர்களை ஊக்குவிக்கவும். இது நேர்மறையான தொடர்புகள் மற்றும் சுயமரியாதைக்கு உதவும். அவர்களின் நண்பர்கள் யார், அவர்கள் எங்கு நேரத்தை செலவிடுகிறார்கள் என்பதை அறிந்து கொள்ளுங்கள்.

- பிள்ளைகள், போதைப்பொருள் பயன்பாடு, ஆபாசப் படங்கள் அல்லது பிற வகையான குற்றச்செயல்களுக்கு அடிமையாகுவதாக சந்தேகிக்கப்பட்டால், பொறுமையாக இருங்கள். பெற்றோர்கள் அல்லது பெரியவர்கள் எந்த ஒரு அவசர முடிவுகளையும் எடுக்காமல் இருப்பது முக்கியம். பிள்ளைகளை அந்நியப்படுத்தாமல் பெற்றோர்களால் பேச முடியாது என்று நினைத்தால், நம்பகமான பெரியவரை அவர்களிடம் பேசச் சொல்லுங்கள்.

- சிறுவர்கள் தங்கள் உரிமைகள் அல்லது பிறரின் உரிமைகள் மீறப்படுவதாக உணர்ந்தால் அவர்களைப் பேச ஊக்கப்படுத்துங்கள் எ.கா- யாருடையதாவது நிர்வாணப் புகைப்படங்களை நீங்கள் கண்டால், தயவு செய்து எனக்குக் கூறுங்கள்". "யாராவது உங்களைத் தகாத முறையில் தொட்டு, உங்களுக்கு அசௌகரியத்தை ஏற்படுத்தினால், நீங்கள் எப்போதும் என்னிடம் சொல்ல வேண்டும்." என்று கூறுங்கள்.

- தங்கள் பகுதியில் உள்ள சிறுவர்களுக்கான பாடசாலை நேரத்திற்கு பின்னரான சிறந்த நடவடிக்கைகளுக்காக அப்பகுதியில் உள்ள அரசாங்க அல்லது அரசியல் அதிகாரமையங்களை மையப்படுத்தி கூட்டாகப் பிரச்சாரம் செய்யுங்கள். இது சிறுவர்களுக்கு தீங்கு விளைவிக்காமல் இருக்கவும், அவர்களின் நேரத்தை கற்றலுக்குப் பயன்படுத்தவும் உதவும்.

விழிப்புடன் இருங்கள். சிறுவர் பாதுகாப்பு தொடர்பான உரிமைகள் மீறப்படுவதை எந்தப் பெரியவரும் பார்த்தாலோ, கேட்டாலோ அல்லது அறிந்தாலோ, அவர்களால்:

- **தேசிய சிறுவர் பாதுகாப்பு அதிகாரசபை (NCPA) 1929** என்ற அவசர உதவி தொலைபேசி இலக்கத்தைத் தொடர்பு கொள்ளவும். நாட்டில் எந்தப் பாகத்திலிருந்தும், எந்த நேரத்திலும் மூன்று மொழிகளிலும் இலவசமாகத் தொடர்பு கொள்ளலாம். NCPA சிறுவர்களுக்குத் தேவையான உளவியல் சேவைகள், சட்ட ரீதியான சேவைகள் அல்லது தொடர்புடைய ஏனைய சேவைகளில் உதவலாம்.
- எல்லா பொலிஸ் நிலையத்திலும் உள்ள பெண் பொலிஸ் உத்தியோகத்தர்கள் பணியாற்றும் இலங்கைப் பொலிஸின் **சிறுவர் மற்றும் பெண்கள் பிரிவுக்கு** முறைப்பாடு செய்ய முடியும்.
- உங்கள் மாகாணத்தின் நன்னடத்தைத் திணைக்களத்துடன் இணைக்கப்பட்டுள்ள **நன்னடத்தை அதிகாரிக்கு** தெரிவிக்கவும்.
- **கிராம உத்தியோகத்தர், மாவட்ட உளவியல் உத்தியோகத்தர்** அல்லது மாவட்டச் செயலகத்தில் உள்ள **மாவட்ட சிறுவர் பாதுகாப்பு உத்தியோகத்தர்** அல்லது பிரதேச செயலகங்களில் நிலை கொண்டுள்ள பிரதேச சிறுவர் பாதுகாப்பு உத்தியோகத்தர்களுக்குத் தெரிவிக்கவும், அவர்கள் தேவையான உதவிச் சேவைகளை அல்லது பரிந்துரைகளை வழங்க முடியும்.
- மாவட்ட அல்லது பிரதேச சிறுவர்கள் பாதுகாப்பு அலுவலர்கள் அல்லது பொலிஸ் அதிகாரிகள் போன்றவர்களுக்கு தெரியப்படுத்தி உதவக்கூடிய **கிராம சிறுவர்கள் மேம்பாட்டுக் குழு (VCDC)** அல்லது **பாடசாலை சிறுவர்கள் பாதுகாப்புக் குழுவுக்குத்** தெரிவிக்கவும்.

சிறுவர்களுக்கானது:

- ஒரு சிறுவர் தங்கள் பாதுகாப்பிற்கான உரிமை மீறப்பட்டதாக நினைத்தால், அவர்கள் இதைப் பற்றி அவரது குடும்பத்தினருடன் அல்லது நம்பகமான ஆசிரியர், அல்லது மற்றொரு பெரியவருடன் பேசலாம்.
- சிறுவர்கள் 16 வயது வரை தவறாமல் பாடசாலைக்குச் செல்ல வேண்டும்.
- அவர்களுக்கு விருப்பமான பொழுதுபோக்குகள், விளையாட்டுகள் அல்லது பிற ஓய்வுநேர செயற்பாடுகளைக் கண்டறியவும். பாடசாலை நேரத்திற்குப் பிறகு மற்றும் வார இறுதி நாட்களில் பங்கேற்கவும்.
- முன்பு அறியாத நபர்களிடம் பேசவோ, அவர்கள் கொடுக்கும் எதையும் சாப்பிடவோ, குடிக்கவோ கூடாது, பெற்றோர் அல்லது பாதுகாவலரின் அனுமதியின்றி அவர்களுடன் எங்கும் செல்ல வேண்டாம்.
- மற்றைய பெரியவர்கள் அசௌகரியத்தை ஏற்படுத்தும் வகையில் சிறுவர்களைத் தொடுவது நல்லதல்ல. இது ஒரு பெற்றோராகவோ, ஆசிரியராகவோ, மூத்த சகோதரனாகவோ அல்லது சகோதரியாகவோ, உறவினராகவோ, யாராகவோ இருக்கலாம். யாரேனும் தகாத முறையில் அவர்களைத் தொட்டால், உடனடியாக நம்பகமான பெரியவரிடம் இதைத் தெரிவிக்கவும்.
- ஆபாசம் மற்றும் போதைப்பொருள் பயன்பாடு மோசமானது என்பதைப் புரிந்து கொள்ளுங்கள். அது அவர்களின் உடலுக்கும் மனதுக்கும் கேடு விளைவிக்கக் கூடியதாகும்.

செயற்பாடு 20 (சிறுவர்களுக்கானது): தொடுகையின் மூலம் வித்தியாசத்தை உணருதல் (பாலியல் ரீதியான வன்முறை விடயத்தில் தொடுகை என்ற கருத்து தொடர்பான செயல் விளக்கமளித்தல்)

1 பங்கேற்பாளர்களில் ஒருவரிடம் அமர்வின் போது நெறிப்படுத்துனர்/பயிற்சியளிப்பாளர், அவளது கையைத் தொட முடியுமா என்று கேளுங்கள்.

2 அவள் ஆம் என்று சொன்ன பிறகு, அந்தப் பங்கேற்பாளரின் கையைத் தொடவும்.

3 பிறகு ஏனைய வழிகளில் அவளது கையைத் தொடவும்: பிடுங்குதல், அடித்தல், கிள்ளுதல், அழுத்துதல், இழுத்தல் போன்றவை.

4 பங்கேற்பாளரின் கையானது விபரிப்பதற்கு பயன்படுத்தப்படுவதைக் கவனித்துக்கொண்டிருக்கும் அதே வேளையில், அமர்வின் போது கவனிக்கப்பட வேண்டிய விடயங்கள் பற்றி தொடர்ந்து கலந்துரையாடவும்.

5 அமர்வின் போது ஒரு சமயத்தில் அவள் மிகவும் அசௌகரியமாகிவிடுவாள், மேலும் பயி-ற்சியாளரிடமிருந்து விலகிச் செல்ல முயற்சிப்பாள்.

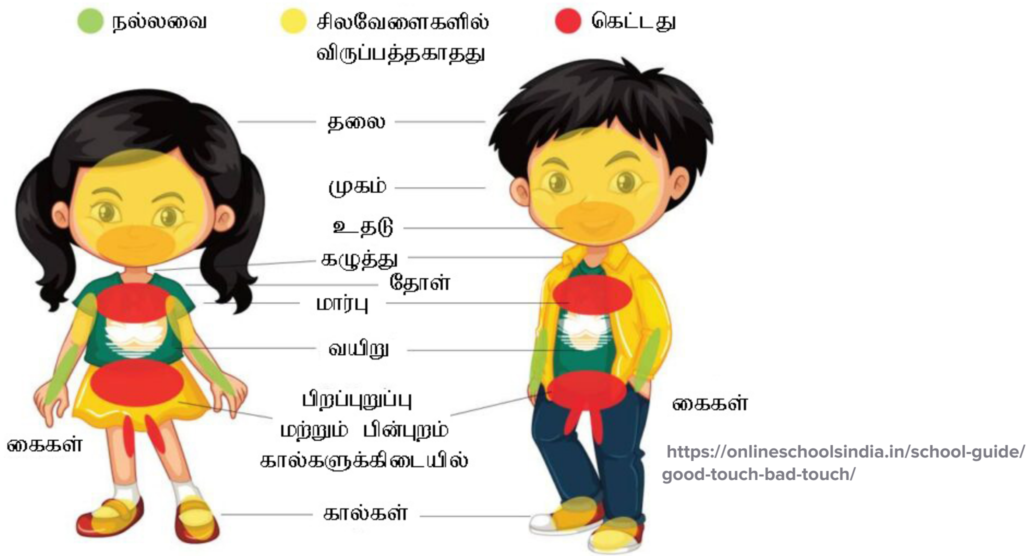
6 பங்கேற்பாளர் இதைச் செய்யும்போது, என்ன பிரச்சினை என்று அவளிடம் கேட்கவும் - அவளிடமும் மற்ற பங்கேற்பாளர்களிடமும் அவள் கையைத் தொடுவதற்கு ஒப்புக்கொண்டதா-கச் சொல்லுங்கள்.

7 அவர்களின் பதில்களைக் கேளுங்கள். சம்மதத்தின் முக்கிய கூறுகளில் ஒன்றைப் பற்றி விவா-திக்க இந்த வாய்ப்பைப் பயன்படுத்தவும் - அதாவது, இரு தரப்பினரும் ஒரே விடயத்தை ஒப்புக் கொள்ள வேண்டும். பதிவு செய்தல் அல்லது நெருக்கமான புகைப்படங்களை எடுப்பது உட்பட பாலியல் செயற்பாடுகள் தொடர்பாக, வார்த்தைகள் அல்லது நடத்தை மூலம் உறுதியான முறையில் ஒப்புதல் செய்யப்படல் வேண்டும். மௌனமாகவோ செயலற்றதாகவோ இருப்பது எந்தச் சூழ்நிலையிலும் சம்மதத்தைக் குறிக்காது. இப்போது ஒப்புக்கொள்வது என்பது நாளை அல்லது எதிர்காலத்தில் எந்த நேரத்திலும் செல்லுபடியாகும் என்று அர்த்தமல்ல. எந்த நேர-த்திலும் ஒப்புதல் திரும்பப் பெறப்படலாம்.

செயற்பாடு 21 (சிறுவர்களுக்கானது): சரியான தொடுகை/ தவறான தொடுகை

1 ஒரு நபரின் உருவத்தை பிளிப்சார்ட்டில் வரையவும். இந்தச் செயற்பாட்டிற்கு நீங்கள் ஒரு பொ-ம்மையையும் பயன்படுத்தலாம்.

2 வரைந்த பொம்மையின் அனைத்து உடல் பாகங்களுக்கும் சரியாக பெயரிடவும். கண்கள், காதுகள், கைகள், கால்கள், வயிறு, ஆண் பிறப்புறுப்பு, மார்பகம், பெண் பிறப்புறுப்பு போன்ற சரியான பெயர்களைப் பயன்படுத்தவும்.



3 அதன் பின்னர், அவ் உடலின் சில பகுதிகளைத் தொடவோ, புகைப்படம் எடுக்கவோ அல்லது மற்றவர்களுக்குக் காட்டவோ கூடாது என்று சொல்லுங்கள்.

4 மூன்று வகையான தொடுதல்கள் உள்ளன என்று அவர்களிடம் சொல்லுங்கள் (ஒவ்வொன்றையும் உதாரணங்களுடன் விளக்கவும்):

- **பாதுகாப்பான தொடுதல்கள்:** இவை சிறுவர்களை பாதுகாப்பாக வைத்திருக்கும் மற்றும் அவர்களுக்கு நன்மை விளைவிக்கும் மேலும் சிறுவர்களை நன்றாக, பாதுகாப்பாக அல்லது வசதியாக உணர வைக்கும் தொடுதல்கள் ஆகும்.

  எ.கா: கட்டிப்பிடித்தல், முதுகில் தட்டுதல் மற்றும் தோளைச் சுற்றி ஒரு கை போடுதல், ஹைய்-பைவ்ஸ், கைகளைப் பிடித்தல்.

  பாதுகாப்பான தொடுதல்களில், முள் குற்றும் போது அதனை அகற்றுவது போன்ற வலிக்கக்கூடிய தொடுதல்களும் அடங்கும். யாராவது அந்த முள்ளை அகற்றும் போது அவர்கள் சிறுவர்களை ஆரோக்கியமாக வைத்திருக்க அதனை செய்கிறார்கள். எனவே இது பாதுகாப்பான தொடுதல் என்பதைச் சிறுவர்களுக்கு விளக்குங்கள்.

- **பாதுகாப்பற்ற தொடுதல்கள்:** இவை சிறுவர்களின் உடல் அல்லது உணர்வுகளைப் புண்படுத்தும் தொடுதல்கள், எ.கா: அடித்தல், தள்ளுதல், கிள்ளுதல், மூச்சுத் திணறச் செய்தல் மற்றும் உதைத்தல். இந்த மாதிரியான தொடுதல்கள் பொருத்தமற்றது என்று சிறுவர்களிடம் கூறுங்கள்.

- **தேவையற்ற தொடுதல்கள்:** இவை பாதுகாப்பாக இருக்கும் ஆனால் அந்த நபரிடமிருந்தோ அல்லது அந்த நேரத்தில் ஒரு சிறுவர் விரும்பாத தொடுதலாகும்.

5 தேவையற்ற தொடுதலுக்கு சிறுவர் “இல்லை” என்று சொல்லுதல், அது தெரிந்த ஒரு நபர் செய்தாலும் “இல்லை” என்று சொல்லுதல் பொருத்தமானது எனக் கூறுங்கள்.

6 இப்போது, எல்லாச் சிறுவர்களையும் சத்தமாக "இல்லை" என்று சொல்லுமாறு கூறுங்கள். அதே சமயம் கண்ணியமான குரலில் அல்லாமல் மாறாக வலுவான குரலில் "இல்லை" என்று கூறுவதற்கு, சிறுவர்களுக்கு உதவுங்கள். இது சிறுவர்கள் தமக்கான தனிப்பட்ட எல்லைகளை அமைப்பது பற்றி கற்றுக்கொள்ள உதவும்.

7 இந்தச் செய்தியைக் கொடுத்தவுடன், வேறு வகையான பாதுகாப்பற்ற தொடுகையும் இருக்கிறது அதாவது "சம்மதம் இல்லை" என்பதே அது என்று அவர்களிடம் சொல்லுங்கள். அதாவது, வயதான ஒருவர் சிறுவர்களின் அந்தரங்க உறுப்புகளைத் தவறான முறையில் தொடுவது பிழையானதாகும். சில சமயங்களில் வயதானவர்கள் அவர்களைத் தொடுவது நல்லது என்பதை அவர்களுக்குக் கற்பிப்பதில் கவனமாக இருங்கள், அதாவது அவர்கள் நோய்வாய்ப்பட்டிருக்கும்போது மருத்துவர் மூலம் (ஆனால் பெற்றோர் அவர்களுடன் இருக்கும்போது இதைச் செய்ய வேண்டும்)

8 அடுத்து, பின்வருபவை "சரியா" அல்லது "தவறா" என்று சிறுவர்களிடம் கேளுங்கள்:

A. உங்கள் பாட்டியைக் கட்டியணைத்தல் (சரி).

B. யாரோ ஒருவர் தங்கள் கைகளை உங்கள் ஆடையினுள் வைக்கிறார் (தவறு).

C. யாரோ ஒருவர் உங்களுக்கு முன்னால் அவர்களின் சொந்த உடல் உறுப்புகளைத் தொடுகிறார் (தவறு).

D. உங்கள் நண்பர்களின் கைகளைப் பிடித்தல் (சரி).

E. யாரேனும் ஒருவர் உங்களை அவருடைய அந்தரங்க உறுப்புகளைத் தொடச் சொல்கிறார்.(தவறு).

F. யாரேனும் ஒருவர் உங்கள் ஆடைகளைக் கழற்றச் சொல்லுகிறார் (தவறு).

G. நீங்கள் உடல்நிலை சரியில்லாமல் இருக்கும் போது உங்கள் தாயார் உங்களை வைத்தியசாலைக்கு அழைத்துச் சென்றுள்ள நிலையில் வைத்தியர் அவரது அலுவலகத்தில் உங்கள் ஆடைகளைக் கழற்றுமாறு கேட்கிறார் (சரி).

H. ஒரு பேருந்தில் பயணிக்கும் போது நீங்கள் முன்பு அறிந்திராத ஒருவர் உங்கள் மார்பைத் தொடுகிறார் (தவறு).

I. யாரோ ஒருவர் உங்கள் ஆடைகளை அவிழ்த்த நிலையில் புகைப்படங்கள் அல்லது வீடியோக்களை எடுக்கிறார் (தவறு).

J. யாரோ ஒருவர் ஆடைகள் இல்லாத நபர்களின் புகைப்படங்கள் அல்லது வீடியோக்களை உங்களுக்குக் காட்டுகிறார் (தவறு).

9 யாரேனும் தவறான வழியில் உங்களைத் தொட்டால், என்ன நடந்தது என்பதை நீங்கள் நம்பும் ஒருவரிடம் சொல்லுங்கள் என்று சிறுவர்களிடம் சொல்லுங்கள். அச்சுறுத்தல்கள் உங்களை பயமுறுத்தி ஓடிப்போகவோ அல்லது அமைதியாக இருக்கவோ செய்யாது என்று அவர்களிடம் சொல்லுங்கள்.

செயற்பாடு 22 (பெரியவர்களுக்கானது): பாதுகாப்பு வரைபடம்

1 "எங்கள் பாதுகாப்பு வரைபடம்" என்ற வார்த்தைகளுடன் ஒரு போஸ்டர் அளவிலான பிளிப்சார்ட் பேப்பரில் தலைப்பிடுங்கள்.

2 காகிதத்தின் வெளிப்புறத்தில் கிராமத்தைக் குறிக்கும் வகையில் ஒரு பெரிய எல்லைக் கோட்டினை வரையவும்.

3 கிராமத்தை (மலைகள், கட்டிடங்கள், பூங்காக்கள், ஆறுகள் அல்லது கடற்கரை) அடையாளம் காண உதவுபவற்றைச் சேர்க்க முயற்சிக்கவும்.

4 சிறுவர்களின் பாதுகாப்பிற்கு பொருத்தமான சமூகத்தில் உள்ள பல்வேறு இடங்களைப் பற்றி சிந்திக்க பங்கேற்பாளர்களைக் கேளுங்கள். இவை குடும்பங்கள், அயலவர்கள், பொலிஸ், பாடசாலை, பிரதேச செயலக அலுவலகம், கிராம நிர்வாக அலுவலர், நூலகங்கள், விளையாட்டு மைதானங்கள், மருத்துவமனைகள் போன்றவையாக இருக்கலாம்.

5 இவற்றை பிளிப்சார்ட்டில் எழுதுங்கள்.

6 இந்த இடங்களை அவர்கள் கண்டறிந்த பிறகு, சிறுவர்களைப் பாதுகாக்க ஒவ்வொரு இடமும் என்ன வகையான சேவைகளை வழங்குகிறது என்று அவர்களிடம் கேளுங்கள்.

7 சமூகத்தில் சிறுவர்களின் பாதுகாப்பிற்காக இன்னும் அதிகமாக நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்ள முடியுமா என்று கலந்துரையாடவும். அவற்றை வரைபடத்தில் சேர்க்கவும்.

4.6 பங்குபற்றுதலுக்கான உரிமை - இதன் பொருள் வெளிப்படுத்துதல், தெரிவித்தல் மற்றும் பங்கேற்பதாகும்

4.6.1 அறிமுகம்

சிறுவர்களுக்குச் செவிமடுப்பதற்கும், அவர்களின் கருத்துக்களை தீவிரமாக எடுத்துக் கொள்ளவும் உரிமை உண்டு. அரசாங்கங்களும் பிற பெரியவர்களும் சிறுவர்கள் சொல்வதைக் கேட்டு, அவர்களின் தேவைகளுக்குப் பதிலளிக்க வேண்டும். பங்குபற்றுதலுக்கான உரிமை எதை உள்ளடக்கியது, அது எவ்வாறு மீறப்படுகிறது, மீறல்கள் நிகழும்போது என்ன நடவடிக்கைகள் எடுக்கப்படலாம் என்பதைப் பற்றி இந்தப் பகுதி கலந்துரையாடும்.

4.6.2 குறிக்கோள்கள்

பங்கேற்பாளர்களுக்கானது:

- பங்குபற்றுதலுக்கான உரிமை என்றால் என்ன என்பதைத் தெளிவாகப் புரிந்து கொள்ளுதல்.
- பங்குபற்றுதலுக்கான உரிமை மீறப்படும் சந்தர்ப்பங்களை அடையாளம் காண முடிதல்.

இந்த மீறல்களைத் தடுக்க அவர்கள் என்ன நடவடிக்கைகளை எடுக்கலாம் என்பதைப் பற்றி அறிந்து கொள்ளுதல்.

4.6.3 ஏன் இந்த விடயத்தில் கவனம் செலுத்த வேண்டும்?

- ஒவ்வொருவரும் தங்கள் எண்ணங்களையும் கருத்துக்களையும் வெளிப்படுத்த சுதந்திரமுடையவர்கள்.
- அவர்கள் உடல் ரீதியாக சிறியவர்களாக இருந்தாலும், சிறுவர்களும் மனிதர்களே அத்துடன் சமூகத்தின் மீது முழு உரித்துரிமையுடைய உறுப்பினர்கள் ஆவர்.
- எனவே, அவர்களைப் பாதிக்கும் ஒவ்வொரு விடயத்திலும் அவர்கள் தங்கள் எண்ணங்கள், பார்வைகள் மற்றும் கருத்துக்களை வெளிப்படுத்தக் கூடியதாக இருத்தல் வேண்டும்.
- சிறுவர்களுக்கான முடிவுகளை பெரியவர்களே தொடர்ச்சியாக எடுக்கிறார்கள். பெரியவர்கள், சிறுவர்கள் சார்பாக எடுக்கும் முடிவுகளில் சிறுவர்கள் கட்டாயம் அவர்களது குரல்களைக் கொடுக்க வேண்டும்.
- முடிவெடுப்பதில் சிறுவர்களை ஈடுபடுத்துவது அவர்களுக்கு அதிகாரம் அளிக்கிறது: இது அவர்களின் சொந்த வாழ்க்கையின் மீது அவர்களுக்குரித்தான அதிகாரத்தை அளிக்கிறது. பொறுப்பான முடிவெடுப்பதற்குத் தேவையான முக்கியமான திறன்களை வளர்க்க அவர்களை அனுமதிக்கிறது. அது அவர்களுக்கு சுயமரியாதையை அளிக்கிறது. சமூகம் மற்றும் சமூகத்தில் பங்கேற்க இடத்தை வழங்குகிறது. அத்தோடு இது நல்ல தரமான சேவைகளுக்கும் வழிவகுக்கிறது.

  எ.கா: சிறுவர்கள் பெரியவர்களைப் பார்க்கிறார்கள். ஒரு பெரியவர் ஒரு சிறுவர்களிடம் அவர்கள் எப்படி இருக்கிறார்கள் என்று கேட்டால், சிறுவர்கள் முக்கியமானவர்களாக உணர்வார்கள். அவர்கள் மகிழ்ச்சியாக உணர்வார்கள். அவர்கள் கவனத்திற்கொள்ளப்படுகிறார்கள் என்று உணர்வார்கள். ஒரு சிறுவருக்கு ஆடைகளை வாங்குவதற்கு முன், அவர்களுக்கு எந்த வண்ண ஆடை அவர்களுக்கு வேண்டும் என்று கேட்டால், தமது கருத்தைக் கேட்டதையிட்டு மகிழ்ச்சியாக இருப்பார்கள்.

- எனவே, பங்பற்றுதலுக்கான உரிமை என்றால் என்ன என்பதைப் புரிந்துகொள்வது அவசியம் மற்றும் எந்தவொரு சிறுவருக்கும் இந்த உரிமைகள் மறுக்கப்பட்டால் சில நடவடிக்கைகளை எடுக்க முடியும்.

4.6.4 பங்குபற்றுதலுக்கான உரிமை என்றால் என்ன?

- தங்களைப் பாதிக்கும் அனைத்துப் பிரச்சினைகளைப் பற்றியும் தாங்கள் என்ன நினைக்கிறார்கள் என்பதைப் பற்றிக் கூற எல்லாச் சிறுவர்களுக்கும் உரிமை உண்டு.
- சிறுவர்கள் ஒரு கருத்தை உருவாக்கி அதை ஏதேனும் ஒரு வழியில் வெளிப்படுத்தும் திறன் பெற்றவுடன் அவர்களுக்கு இந்த உரிமை உண்டு.
- அவர்களின் வாழ்க்கையைப் பற்றி முக்கியமான முடிவுகள் எடுக்கப்படும் போது கருத்துக்களை வெளிப்படுத்துவதும், செவிமடுப்பதும் இந்த உரிமையில் அடங்கும்.

  எ.கா: முக்கியமான முடிவுகள் அவர்கள் வசிக்கும் இடத்துடன் தொடர்புடையதாக இருக்கலாம் (பெற்றோரை விட்டுத் தனித்துச் செல்வதைக் கருத்தில் கொள்ளுங்கள்), அவர்கள் யாருடன் வாழ்கிறார்கள் (நிறுவன பராமரிப்பு மற்றும் இசைவாக்கத்தைக் கருத்தில் கொள்ளுங்கள்), பாடசாலையைத் தேர்ந்தெடுப்பது அல்லது அவர்களின் ஓய்வு நேரத்தை எவ்வாறு செலவிடுவது போன்றன.

- முடிவெடுப்பதற்குத் தேவையான அனைத்து தகவல்களையும் சிறுவர்களுக்கு வழங்குவது மற்றும் அவர்களின் கருத்துக்களைப் பகிர்ந்து கொள்வதற்குப் பாதுகாப்பான இடத்தை வழங்குவதும் ஆகும்.
- சிறுவர்களுக்கு இருக்கும் விருப்பத்தேர்வுகள் மற்றும் ஒவ்வொரு விருப்பத்தின் நன்மை தீமைகள் பற்றிய தேவையான தகவல்களை வழங்கும் போது, அது அவர்களுக்குத் தகவலறிந்த மற்றும் சுதந்திரமான முடிவுகளை எடுக்க உதவுகிறது.

  எ.கா: புதிய பாடசாலைக்குச் செல்வதால் என்ன நன்மைகள் (சாதகம்)? உங்கள் பாடசாலையில் கிடைக்காத புதிய பாடங்களை நீங்கள் கற்றுக்கொள்ளலாம், புதிய பாடசாலையில் நீச்சல் தடாகம் உள்ளது. நீங்கள் சிறந்த நீச்சல் வீரர் என்பதால் நீச்சல் போட்டிகளில் கலந்து கொள்ளலாம்.

இந்த புதிய பாடசாலைக்குச் செல்வதில் என்ன குறைகள் இருக்கிறன்றன (பாதகம்)? நீங்கள் உங்கள் நண்பர்களை இழப்பீர்கள், பாடசாலை நகரத்தில் இருப்பதால், நீங்கள் வீட்டை விட்டு வெளியே இருக்க வேண்டும்.

- ஒரு முடிவு, அவர்களின் வாழ்வில் சில விளைவுகளை ஏற்படுத்தும் போது அவர்கள் தங்கள் கருத்துக்களை வெளிப்படுத்தும் நம்பிக்கையையும் பெறுகிறார்கள்.

- சிறுவர்கள் அவர்கள் தொடர்பான தகவல்களைப் பெற, அவர்கள் தகவல்களை அணுகக்கூடியதாக இருத்தல் வேண்டும். செய்தித்தாள்கள், புத்தகங்கள், மின்னணு மற்றும் சமூக ஊடகங்களில் இருந்தும் குடும்ப உறுப்பினர்களிடமிருந்தும் தகவல்களை பெற முடியும்.

- சிறுவர்கள் தங்கள் கருத்துக்களை சுதந்திரமாக வெளிப்படுத்துவதைத் தடுக்கும் வகையில் அவர்கள் மீது அழுத்தம் அல்லது தாக்கத்தை ஏற்படுத்தக்கூடாது. அதனூடாக வலுவூட்டம் பெற்றவர்களாக அவர்கள் உணருவதற்கு மாறாக அவர்கள் கையாளப்பட்டதாக உணருவார்கள்.

- இந்த உரிமையானது ஒரு கடமையைக் கொண்டுள்ளது. இதன் பொருள், சிறுவர்களின் குரல்களை அவர்களின் வயது மற்றும் முதிர்ச்சியைக் கருத்தில் கொண்டு, அரசாங்கம், குடும்பம், பாடசாலைகள் போன்ற பெரியவர்கள் தீவிரமாக கருத்திற்கொள்ள வேண்டும் என்பதாகும்.

- சிறுவர்கள் வளரும் போது, அவர்களுக்கான முடிவெடுக்கும் திறனும் வளர்ச்சியடையும் மற்றும் மாற்றமடையும் என்பதை இந்த உரிமை அங்கீகரிக்கிறது. அதாவது, சிறுவர்கள் பக்குவம் அடையும் போது, அவர்கள் எடுக்கும் முடிவுகளின் வகைகளும் அதிகரிக்கின்றன.

எ.கா: 5 வயது சிறுவரை விட 14 வயதுடைய சிறுவர் தங்களுக்கு எந்தப் பாடசாலை சிறந்தது என்பதைத் தீர்மானிக்க முடியும்.

- எனவே, பெற்றோர்கள் ஒவ்வொரு சிறுவரின் வயது மற்றும் பக்குவத்தின் அடிப்படையில் அவர்களின் கருத்துக்களுக்கு சரியான வலுவைக் கொடுக்க வேண்டும்.

- இது பெற்றோர்களோ அல்லது ஏனைய பெரியவர்களோ சிறுவர்கள் விரும்பும் அனைத்தையும் செய்ய வேண்டும் என்று அர்த்தமல்ல.

- ஆனால் அந்த குறிப்பிடப்பட்ட முடிவு தொடர்பாக அவர்களின் பகுத்தறிவு ஏன் பின்பற்றப்படவில்லை என்பதை அவர்கள், சிறுவர்களுக்கு விளக்க வேண்டும்.

4.6.5 இந்த உரிமையை எவ்வாறு பாதுகாக்க முடியும்?

சட்டப் பாதுகாப்பு:

- சிறுவர்களின் உரிமைகள் மீதான ஐக்கிய நாடுகளின் சமவாயம் (UNCRC), அனைத்துலக குடிசார் மற்றும் அரசியல் உரிமைகள் உடன்படிக்கை (ICCPR), அனைத்துலக பொருளாதார, சமூக, பண்பாட்டு உரிமைகள் உடன்படிக்கை (ICESCR), பெண்களுக்கு எதிரான அனைத்து வகையான பாகுபாடுகளையும் ஒழிப்பதற்கான சமவாயம் (CEDAW), ஐக்கிய நாடுகளின் ஊனமுற்றோர் உரிமைகள் சமவாயம் (CRPD) உள்ளிட்ட சர்வதேச அளவிலான சமவாயங்கள் சிறுவர்கள் பங்குபற்றுதலுக்கான உரிமையை அனுபவிப்பதை உறுதி செய்கிறது.

- சிறுவர்களின் இந்த உரிமையைப் பாதுகாக்கும் சில சட்டங்கள் இலங்கையிலும் உள்ளன:
  - அரசியலமைப்பு
  - 1998ஆம் ஆண்டின் 50ஆம் இலக்க தேசிய சிறுவர்கள் பாதுகாப்பு அதிகாரசபை

நடைமுறையில்:

- ◆ சிறுவர்கள் மீது தாக்கத்தை ஏற்படுத்தும் முடிவுகளை எடுக்கும் போது அரசு சிறுவர்களையும் உள்வாங்க வேண்டும்.

எ.கா: சிறுவர்கள் தரம் 5 புலமைப்பரிசில் பரீட்சைக்குத் தோற்றக்கூடிய வயதினை மாற்றுவதற்கு அரசாங்கம் நினைத்தால், அவர்கள் அதைப் பற்றி எப்படி உணருகிறார்கள் என்று சிறுவர்களிடம் கேட்க வேண்டும். தரம் 05 புலமைப்பரிசில் பரீட்சையானது 10 வயது சிறுவர்களுக்கு மிகவும் கடினமானது என்று அவர்கள் நினைக்கிறார்களா அல்லது பரீட்சை அப்படியே இருக்க வேண்டும் என்று அவர்கள் நினைக்கிறார்களா என்பது பற்றி கேட்கப்படல் வேண்டும். ஏனெனில் பரீட்சையில் வெற்றி பெறும் சிறுவர்கள் சிறந்த பாடசாலைகளுக்குச் செல்வார்கள்.

பெரியவர்களுக்கானது:

- பெற்றோர்கள் மற்றும் பிற பெரியவர்கள் சிறுவர்களுக்கு என்ன நடக்கிறது என்பதைப் பொருத்தமான மொழியில் தெரிவிப்பதன் மூலம் அவர்களுக்கு ஆதரவளிக்கும் பொறுப்பு அவர்களுக்கு உள்ளது, மேலும் அவர்கள் கருத்துக்களை வெளிப்படுத்துவதற்கும் அவர்கள் என்ன நினைக்கிறார்கள் என்பதைச் கூறுவதற்கும் அவர்களுக்கு உதவுங்கள். பெற்றோர் மற்றும் குடும்பங்களால் அதனைச் செய்ய முடியும்.

  - ஒரு சிறுவரின் பங்குபற்றுதலுக்கான உரிமை என்ன என்பதைப் பற்றி தங்களுக்கும் தங்கள் சிறுவர்களுக்கும் கற்பிக்கவும். இந்த உரிமை எதைப் பற்றியது மற்றும் அது எவ்வாறு மீறப்படுகிறது என்பது தொடர்பாக அவர்கள் புரிந்து கொண்டதைப் பிரதிபலிக்கவும்.

  - அவர்களுக்குத் தெரிந்த எல்லாச் சிறுவர்களும் இந்த உரிமையை அனுபவிக்கிறார்களா என்பதைப் பற்றிச் சிந்தியுங்கள்.

  - வீட்டில் முடிவெடுக்கும் சந்தர்ப்பங்களில் உங்கள் சிறுவர்களை அதில் ஈடுபடுத்துங்கள். நீங்கள் பெற்றோர் என்பதால் அவர்கள் ஏதாவது செய்ய வேண்டும் என்று அவர்களிடம் சொல்லாதீர்கள். அதைப் பற்றி அவர்கள் எப்படி உணருகிறார்கள் என்று அவர்களிடம் கேளுங்கள். சிறிய விடயங்களுடன் தொடங்குங்கள்:

    நாம் இரவு உணவிற்கு என்ன சமைக்க வேண்டும் என்று நினைக்கிறீர்கள்?

    உங்கள் பரீட்சைக்கு முந்தைய நாள் உங்கள் மாமா எங்களைச் சந்திக்க விரும்புகிறார். அவர் வருவது சரியா? அவர் வருகை உங்களைத் தொந்தரவு செய்யுமா?

    புதிய ஊருக்குச் செல்ல நினைக்கிறோம். அதைப் பற்றி நீங்கள் என்ன நினைக்கிறீர்கள்? நீங்கள் மகிழ்ச்சியாக இருப்பீர்கள் என்று நினைக்கிறீர்களா? ”

  - சிறுவர்கள் கருத்துக்களைத் தெரிவித்தால், அவற்றைப் புறக்கணிக்காதீர்கள். அவர்கள் சொல்வதைக் கேளுங்கள். அவர்கள் ஏன் அப்படி நினைக்கிறார்கள் என்று கேளுங்கள். அவர்களுக்கு விளக்கம் கொடுக்காமல், இல்லை என்று சொல்லாதீர்கள். இல்லை என்று சொல்வது ஏற்றுக்கொள்ளத்தக்கது, ஆனால் உங்கள் காரணங்களை விளக்குங்கள்.

  - எ.கா: சிறுவர்கள், புதிய பாதணிகளைக் கேட்டால், அவர்களிடம் இல்லை என நேரடியாகச் சொல்லாமல், அதை ஏன் உங்களால் பெற முடியாது என்பதை அவர்களுக்கு விளக்குங்கள்.

  - பத்திரிக்கைகளைப் படித்தல், செய்திகள் கேட்டல், ஆவணப்படங்கள், திரைப்படங்கள் பார்த்தல், நூலகத்திற்குச் செல்லுதல், ஏனைய பெரியவர்களுடன் உரையாடுதல் போன்றவற்றின் மூலம் தகவல்களை அணுக சிறுவர்களை ஊக்குவிக்கவும்.

  - சிறுவர்களின் ஊடகங்களுடனான அணுகலை, அவர்களை ஊடுருவாமல் கண்காணிக்கவும். பெற்றோர்கள் அல்லது பெரியவர்கள் சிறுவர்களுடைய சொந்த நலனுக்காகவே அவர்களின் செயற்பாடுகளை கண்காணிக்கிறார்கள் என்பதைச் சிறுவர்களுக்கு விளக்குங்கள். அவ்வாறு செய்ய வேண்டிய பொறுப்பு பெற்றோருக்கு உண்டு என்பதையும் விளக்குங்கள்.

  - சிறுவர் கழகங்கள், விளையாட்டுக் கழகங்கள், புத்தகக் கழகங்கள், அவர்களுக்கு விருப்பமான விழாக்களை நடாத்துதல் போன்ற சமூக நடவடிக்கைகளில் பங்கேற்கவும், தலைமை தாங்கவும் சிறுவர்களை ஊக்குவித்தல். இது நேர்மறையான தொடர்புகள் மற்றும் சுயமரியாதைக்கு உதவும்.

  - சிறுவர்கள், தங்கள் உரிமைகள் அல்லது பிறரின் உரிமைகள் மீறப்படுவதாக உணர்ந்தால் அவர்களை அதற்காக குரல் கொடுக்க ஊக்குவிக்கவும்.

  - தங்கள் பகுதியில் உள்ள சிறுவர்களுக்கான சிறந்த தலைமைத்துவம் மற்றும் சமூக நடவடிக்கைகளுக்காகச் செய்ய வேண்டியவற்றைப் பற்றி அப்பகுதியில் உள்ள அரசாங்க அல்லது அரசியல் அதிகாரமையங்களை மையப்படுத்தி கூட்டாகப் பிரச்சாரம் செய்யுங்கள். இது சிறுவர்களுக்கான தலைமைத்துவம் மற்றும் முடிவெடுக்கும் திறன்களை வளர்க்க உதவும்.

சிறுவர்கள்:

- ஒரு சிறுவர் தன்னிடம் கருத்துக் கேட்கவில்லை என்று நினைத்தால், அச்சிறுவர் தனது குடும்பத்தினருடன் இதைப் பற்றி பேசலாம் அல்லது ஒரு ஆசிரியர் அல்லது வேறொரு பெரியவருடன் பேசலாம்.

- அவர்களுக்கு ஆர்வமுள்ள கழகங்கள் அல்லது பிற சமூக செயற்பாடுகளைக் கண்டறியவும். பாட-

சாலை நிறைவடைந்த பின்னர் மற்றும் வார இறுதி நாட்களில் அவற்றில் பங்கேற்கவும்.

- பத்திரிக்கைகளைப் படித்தல், செய்திகள் கேட்டல், ஆவணப்படங்கள், திரைப்படங்கள் பார்த்தல், நூலகத்திற்குச் செல்லுதல், ஏனைய பெரியவர்களுடன் உரையாடுதல் போன்றவற்றின் மூலம் தகவல்களை அணுக சிறுவர்களை ஊக்குவிக்கவும்.

செயற்பாடு 23 (சிறுவர்களுக்கானது): சிறுவர்கள் ஆட்சி

1 பங்கேற்பாளர்களை இரண்டு அல்லது மூன்று குழுக்களாகப் பிரிக்கவும்.

2 அவர்களிடம் நீங்கள் தான், இன்று ஆசிரியராக இருக்கப் போகிறீர்கள் என்று சொல்லுங்கள்.

3 குழுக்களுக்கு ஒரு தலைவரை நியமிக்கச் சொல்லுங்கள். அவர்கள் தான் அச் செயற்பாட்டி-ற்கான “சிறுவர் ஆசிரியர்” ஆவர்.

4 அவர்கள் விளையாட விரும்பும் செயற்பாடு அல்லது விளையாட்டைத் தெரிவு செய்யுமாறு “சிறுவர் ஆசிரியரிடம் கேளுங்கள்.

5 அவர்கள் விளையாடுவதற்கு ஒரு விளையாட்டு அல்லது செயற்பாட்டைத் தேர்ந்தெடுத்ததும், அவர்களின் குழுக்களுக்கு விதிகளை விளக்குமாறு அவர்களிடம் கேளுங்கள்.

6 செயற்பாட்டைத் தொடங்குமாறு குழுக்களைக் கேளுங்கள்.

7 சிறுவர்கள் தங்கள் சொந்த செயற்பாட்டைத் தேர்ந்தெடுப்பதற்கு தாங்களாகவே முடிவெடுக்க இது ஒரு வாய்ப்பாகும்:

செயற்பாடு 24 (பெரியவர்களுக்கானது): முடிவெடுப்பதற்கான சரிபார்ப்புப் பட்டியலில் சிறுவர்கள்

1 பங்கேற்பாளர்களை நான்கு குழுக்களாகப் பிரிக்கவும்.

2 ஒவ்வொரு குழுவும் தங்கள் சிறுவர்களுக்கு ‘வேண்டாம்’ என்று சொன்ன இரண்டு சம்பவங்களைத் தேர்ந்தெடுக்கச் சொல்லுங்கள்.

3 இப்போது ஒவ்வொரு குழுவும் ஒவ்வொரு சம்பவம் தொடர்பாக பின்வருவனவற்றைச் செய்திருந்தால் அவற்றைக் கேளுங்கள்:

- தகவலளித்தல் - உங்கள் முடிவைப் பற்றிச் சிந்திக்க வேண்டிய தகவல்கள் சிறுவர்களிடம் உள்ளதா?
- கலந்துரையாடுங்கள் - தவறான புரிதல்கள் எதுவும் இல்லை என்பதை உறுதிப்படுத்த, சிறுவர்களுடன் கலந்துரையாடினீர்களா?
- செவிமடுங்கள் - சிறுவர்கள் உண்மையில் என்ன சொல்ல வருகிறார்கள் என்று நீங்கள் கேட்டிருக்கிறீர்களா - பேசப்படாத அனைத்தும் உட்பட?
- கருத்தில் கொள்ளுங்கள்- சிறுவர்களின் நிலையை நீங்கள் சிந்தித்து, அவர்களின் பார்வைக் கோணத்தில் இருந்து பார்க்க நீங்கள் முயற்சி செய்தீர்களா?
- பின்னூட்டம் - சிறுவர்ளுடன் பேசி இறுதி முடிவு எடுக்கப்பட்டதற்கான காரணங்களை அவர்களுக்குக் கூறியுள்ளீர்களா?

4 குழுக்கள் கலந்துரையாடிய பிறகு, ஒவ்வொரு குழுவையும் அவர்கள் ஒவ்வொரு சூழ்நிலையையும் எவ்வாறு கையாண்டார்கள் மற்றும் அடுத்த முறை வித்தியாசமாக/ சிறப்பாக என்ன செய்ய முடியும் என்பதை மற்றவர்களுடன் பகிர்ந்து கொள்ளுமாறு கேட்கவும்.

5 வழங்குகின்ற குழுவின் அணுகுமுறை குறித்து கருத்து தெரிவிக்க மற்றைய குழுக்களை அழைக்கவும்.

05

பயனுள்ள தொடர்பாளர்கள், குறிப்புகள் மற்றும் பரிந்துரைக்கப்பட்ட வாசிப்பு பட்டியல்

பயனுள்ள தொடர்புகள்

சட்ட உதவி ஆணைக்குழு (LAC)

இலங்கையின் சட்ட உதவி ஆணைக்குழு, எண் 129, புதுக்கடை வீதி, கொழும்பு - 12, இலங்கை.
தொலைபேசி: +94 115 335 329 / +94 115 335 281
+94 112 433 618
மின்னஞ்சல்: legalaid@sltnet.lk

சிறுவர்கள் மற்றும் பெண்கள் துஷ்பிரயோகம் தடுப்பு பணியகம், இலங்கை பொலிஸ் (சிறுவர்கள் மற்றும் பெண்கள் பிரிவுகள்)

எண். 78, 1வது தளம், முக்தர் பிளாசா கட்டிடம், கிராண்ட்பாஸ் சாலை, கொழும்பு 14, இலங்கை.
அதிஅவசரநிலை எண்: 109
அவசர தொலைபேசி எண்: 011-2444444
தொலைபேசி: 011-2337041
மின்னஞ்சல்கள்: dir.cwbureau@police.gov.lk
அல்லது cwb.online@police.gov.lk

இலங்கை மகளிர் பணியகம்

பெண்கள் மற்றும் சிறுவர் விவகார அமைச்சு, 5வது மாடி, செத்சிறிபாய இரண்டாம் நிலை, பத்தரமுல்ல, இலங்கை.
தொலைபேசி: +94 11 2186055
தொலைநகல்: +94 11 2187249
விசாரணைகளுக்கு: 1938
மின்னஞ்சல்: secycdwa@gmail.com

இலஞ்சம் அல்லது ஊழல் பற்றிய சார்த்துதல்களைப் புலனாய்வு செய்வதற்கான ஆணைக்குழு (CIABOC)

36, மலசேகர மாவத்தை, கொழும்பு 07, இலங்கை.
தொலைபேசி: +94 112 596360 / 1954
மின்னஞ்சல்: eciaboc_gen@ciaboc.gov.lk

குற்றப் புலனாய்வுத் துறையின் (CID) சைபர் குற்றப் பிரிவு

கணினி குற்றப் புலனாய்வுப் பிரிவு, பொலிஸ் தலைமையகம், கொழும்பு 01.
தொலைபேசி: 0112 381 045
மின்னஞ்சல்: dir.ccid@police.gov.lk

குற்றச்செயல்களுக்கு பழியாக்கப்பட்டோருக்கும் சாட்சியாளருக்குமான உதவி மற்றும் பாதுகாப்பிற்கான தேசிய அதிகாரசபை (NAPVCW)

முதல் மாடி, இல. 428/11 A, டென்சில் கொப்பகடுவ மாவத்தை, பத்தரமுல்ல.
தொலைபேசி: 0112 879 539
அவசர தொலைபேசி இல.: 1985
மின்னஞ்சல்: witness.protection.srilanka@gmail.com

இலங்கை கணினி அவசர கால தயார்படுத்தல் அணி (SLCERT)

அறை 4-112, BMICH, பௌத்தாலோக மாவத்தை, கொழும்பு 07, இலங்கை.
அவசர தொலைபேசி இல.: 101
தொலைபேசி: +94 11 269 1692
மின்னஞ்சல்: பொது விசாரணை- cert@cert.gov.lk
பாதுகாப்பு சம்பவங்கள்- incidents@cert.gov.lk
சமூக ஊடக சம்பவங்கள்- report@cert.gov.lk

தேசிய சிறுவர்கள் பாதுகாப்பு ஆணையம் (NCPA)

இல. 330, தலவத்துகொட சாலை, மாதிவல, இலங்கை.
தொலைபேசி: +94 11 2 778 911 – 12 – 14
தொலைநகல்: +94 11 2 778 915
மின்னஞ்சல்: ncpa@childprotection.gov.lk

நன்னடத்தை மற்றும் சிறுவர் பராமரிப்பு சேவைகள் திணைக்களம்

இல 330, தலவத்துகொட சாலை, மாதிவல, இலங்கை
தொலைபேசி: +94 11 2 778 911 – 12 – 14
தொலைநகல்: +94 11 2 778 915
மின்னஞ்சல்: ncpa@childprotection.gov.lk

இலங்கை வெளிநாட்டு வேலைவாய்ப்பு பணியகம் (SLBFE)

234 டென்சில் கொப்பேகடுவ மாவத்தை, பத்தரமுல்ல.
தொலைபேசி: 0112 880 500
அவசர தொலைபேசி: 1989
மின்னஞ்சல்: info_center@slbfe.lk

கல்வித் திணைக்களம்

இசுருபாய, பத்தரமுல்லை.
தொலைபேசி: +94 112 785141-50
தேசிய சிறுவர் அழைப்பு இல.: 1929
மின்னஞ்சல்: info@moe.gov.lk

இலங்கை தகவல் அறியும் உரிமை ஆணைக்குழு

அறைகள் எண் 203-204, தொகுதி 2, BMICH, பௌத்தலோக மாவத்தை, கொழும்பு 07.
தொலைபேசி: 011 2691625/ 011 2678980
தொலைநகல்: 011 2691625
மின்னஞ்சல்: rti.commission16@gmail.com
info@rtic.gov.lk

குறிப்புகள் மற்றும் பரிந்துரைக்கப்பட்ட வாசிப்பு

இந்தத் தொகுதியில் உள்ள தகவல்களும் செயல்பாடுகளும் பின்வரும் ஆதாரங்களில் இருந்து பிரித்தெடுக்கப்பட்டு, பொருந்தும் முறையில் மாற்றியமைக்கப்பட்டுள்ளன. முடிந்தால், வசதியாளர்கள் தங்கள் அறிவை மேம்படுத்த இந்த அனைத்து அல்லது வேறு ஆவணங்களையும் குறிப்பிட ஊக்குவிக்கப்படுகிறார்கள்.

சர்வதேச சமவாயங்கள்ஃஉடன்படிக்கைகள் மற்றும் ஐக்கிய நாடுகளின் (UN) ஆவணங்கள்

- ஐக்கிய நாடுகளின் பொதுச் சபை, பெண்களுக்கு எதிரான அனைத்து வகையான பாகுபாடுகளையும் நீக்குவதற்கான சமவாயம், 18 டிசம்பர் 1979, ஐக்கிய நாடுகள் சபை, ஒப்பந்தத் தொடர், தொகுதி. 1249.
- ஐக்கிய நாடுகள் சபை (பொது சபை). (1966) சிவில் மற்றும் அரசியல் உரிமைகள் மீதான சர்வதேச சமவாயம் ஒப்பந்தத் தொடர், 999, 171.
- ஐக்கிய நாடுகள் சபை. (2015) நமது உலகத்தை மாற்றுதல்: நிலையான வளர்ச்சிக்கான 2030 நிகழ்ச்சி நிரல்.
- ஐக்கிய நாடுகளின் பொதுச் சபை, பொருளாதார, சமூக மற்றும் கலாச்சார உரிமைகள் மீதான சர்வதேச சமவாயம், 16 டிசம்பர் 1966, ஐக்கிய நாடுகள் சபை, ஒப்பந்தத் தொடர், தொகுதி. 993, பக். 3.
- ஐக்கிய நாடுகளின் பொதுச் சபை, சித்திரவதை மற்றும் பிற கொடூரமான, மனிதாபிமானமற்ற அல்லது இழிவான நடாத்துகை அல்லது தண்டனைக்கு எதிரான உடன்படிக்கை, 10 டிசம்பர் 1984, ஐக்கிய நாடுகள் சபை, ஒப்பந்தத் தொடர், தொகுதி. 1465.
- ஐக்கிய நாடுகளின்பொதுச் சபை, பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறை ஒழிப்புப் பிரகடனம், 20 டிசம்பர் 1993, A/RES/48/104
ஐக்கிய நாடுகளின் பொதுச் சபை, சிறுவர்களின் உரிமைகளுக்கான சமவாயம், 20 நவம்பர் 1989, ஐக்கிய நாடுகள் சபை, ஒப்பந்தத் தொடர், தொகுதி. 1577
- ஐக்கிய நாடுகளின் பொதுச் சபை, மாற்றுத்திறனாளிகளின் உரிமைகளுக்கான சமவாயம்: தீர்மானம் / பொதுச் சபையால் ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்டது, 24 ஜனவரி 2007, A/RES/61/106

இலங்கையில் உள்ள சட்டங்கள்

- இலங்கையின் அரசியலமைப்புச் சட்டம்
- 1998ஆம் ஆண்டின் 50ஆம் இலக்க தேசிய சிறுவர் பாதுகாப்பு அதிகாரசபை
- 2016ஆம் அண்டின் 12ஆம் இலக்க தகவல் அறியும் உரிமைச் சட்டம்
- 1999 ஆம் ஆண்டின் 37ஆம் இலக்க பராமரிப்புச் சட்டம்
- 1970 ஆம் ஆண்டின் 03ஆம் இலக்க நெறிமுறைச் சட்டம்
- 1983ஆம் ஆண்டின் 22ஆம் இலக்க ஆபாச வெளியீடுகள் (திருத்தம்) சட்டம்
- 2023ஆம் ஆண்டின் 09ஆம் இலக்க ஊழல் தடுப்பு சட்டம்
- கல்வி அமைச்சினால் உடல் ரீதியான தண்டனையைத் தடைசெய்வதற்காக வெளியிடப்பட்ட 12/2016 இலக்க சுற்றறிக்கை
- 2016 ஏப்ரல் 20ஆந் திகதி வெளியிடப்பட்ட 1963/30 கட்டாயக் கல்வி வர்த்தமானி அறிவிப்பு
- 1996 ஆம் ஆண்டின் 28 ஆம் இலக்க மாற்றுத்திறனாளிகளின் உரிமைகள் பாதுகாப்புச் சட்டம்
- 2005ஆம் ஆண்டின் 34ஆம் இலக்க குடும்ப வன்முறை தடுப்புச் சட்டம் (PDVA)
- இலங்கையின் தண்டனைச் சட்டக்கோவை
- 2015ஆம் ஆண்டின் 4ஆம் இலக்க குற்றச்செயல்களுக்கு பழியாக்கப்பட்டோருக்கும் சாட்சியாளருக்குமான உதவி மற்றும் பாதுகாப்பு சட்டம்
- 2007ஆம் ஆண்டின் 24ஆம் இலக்க கணினி குற்றங்கள் சட்டம்
- 1985 ஆம் ஆண்டின் 21 ஆம் இலக்க இலங்கை வெளிநாட்டு வேலைவாய்ப்புப் பணியகம் சட்டம்
- 2006ஆம் ஆண்டின் 31ஆம் இலக்க குடிவரவு மற்றும் குடியகல்வு (திருத்தம்) சட்டம்

Other material

- SOS Children's Villages International, Austria. (2015). "Realising Children's Rights: A Training Manual for Care Professionals Working with Children in Alternative Care, SOS Children's Villages International". Available at https://www.sos-childrensvillages.org/sources/realising-childrens-rights-download#:~:text=Realising%20Children's%20Rights-,A%20training%20manual%20for%20care%20professionals%20working%20with%20children%20in,with%20hundreds%20of%20care%20professionals.&text=Read%20also%20the%20Tips%20and%20Tricks
- SNAICC.(2013). "An Educator's Guide, SNAICC (Secretariat of National Aboriginal and Islander Child Care)". Available at https://www.snaicc.org.au/wp-content/uploads/2016/03/SNAICC-Child-Rights-Education-Kit-Book.pdf
- Education Above All Foundation. "Good Touch, Bad Touch (Age 4 to 7)". Available at https://resources.educationaboveall.org/sites/default/files/resources/attachments/2021-07/Educator%20Version%20-%20Good%20Touch%2C%20Bad%20Touch.pdf
- Westminster Foundation for Democracy. (2021). "Gender Equality Training Manual". Available at https://www.wfd.org/what-we-do/resources/gender-equality-training-manual
- HelpAge International Global Gender Learning Group. (2020). "Gender Equality Training Toolkit, HelpAge International". Available at https://www.helpage.org/silo/files/gender-equality-training-manual.pdf
- Medica mondiale e.V., medica mondiale Liberia. (2013). "Training Manual for Women's Empowerment (Basic Level), Simone Lindorfer, medica, mondiale / medica mondiale Liberia". Available at https://www.empowerwomen.org/en/resources/documents/2014/7/training-manual-for-womens-empowerment?lang=en

- OHCHR. “Training Module on SDG 5: Gender Equality (In-Person Training)”. Available at https://www.ohchr.org/Documents/Issues/Disability/SDG-CRPD-Resource/SDG5/sdg5-gender-equality-in-person-training-module-materials-accessible.docx

- CARE. (2014). “CARE Gender, Equity, and Diversity Training Materials, Module: Module 4: Gender Training”. Available at https://www.care.org/wp-content/uploads/2020/06/Gender-Equity-and-Diversity-Module-4.pdf

- Ministry of Housing and Urban Affairs. (2023). “Gender Equality and Social Inclusion (GESI) Training Module for AMRUT 2.0”. Available at https://amrut.mohua.gov.in/uploads/GESI-Traning-Module.pdf

- International Center for Research on Women (ICRW). (2011). “GEMS Training Manual for Facilitators, International Center for Research on Women (ICRW), Committee of Resource Organizations (CORO) for Literacy, Tata Institute of Social Sciences (TISS)”. Available at https://www.ungei.org/publication/gems-training-manual-facilitators#:~:text=This%20training%20manual%20for%20facilitators,corresponding%20to%20a%20specific%20theme.

- Ruchira Bhattacharya (National Insttute of Rural Development). (2020). “The Child Rights Training Module”. Available at https://www.researchgate.net/publication/345804201_The_Child_Rights_Training_Module

- TdH NL (Terre des Hommes Netherlands). “Child Rights and Clubs Boolet (Child-Friendly Version)”. Avaiable at https://www.datocms-assets.com/22233/1660896207-child-rights-and-clubs-booklet_children-friendly-final.pdf

- ______. (2014). “Child Protection Handbook for Teachers, Administrators, and Board Members, Association of International Schools in Africa, Association of International Schools in Africa”. Available at https://calio.dspacedirect.org/handle/11212/1372?show=full

- UNICEF. “Safety plan for Children”. Available at https://www.unicef.org/southafrica/media/1266/file/ZAF-child-abuse-flyer-2015.pdf

- Dr Andrew Turnell Resolutions Consultancy PTY LTD. (2012). “Signs of Safety Workbook”. Available at https://www.signsofsafety.net/product/signs-of-safety-workbook/

- The International HIV/AIDS Alliance. (2002). “100 Ways to Energise Groups: Games to Use in Workshops, Meetings, and the Community”. Available at https://resourcecentre.savethechildren.net/document/100-ways-energise-groups-games-use-workshops-meetings-and-community/

- Center for Prevention of Abuse. (2021). “Emerging from the Shadows, Human Trafficking Awareness Month Toolkit”. Available at https://www.centerforpreventionofabuse.org/wp-content/uploads/2021/01/HTAM-2021-Toolkit.pdf

- ______. (2017). “Talking about private parts, Early, Open, Often.” Available at https://www.earlyopenoften.org/talk-about-it/talking-about-private-parts/

- The Sexual Orientation and Gender Identity Youth Advocacy Council (SOGI YAC). “What is SOGI”. Available at https://www.sogiyac.org/what-is-sogi

- ______. “PreventConnect, Consent exercises”. Available at http://wiki.preventconnect.org/consent-exercises/

- Children Believe Blog. (2021). “,Kids are surprised when a game turns into a lesson in gender equality”. Available at https://childrenbelieve.ca/lesson-in-gender-equality/

- The Nemours Foundation. Nemours Children’s Health. (2020). “Talking to your child about drugs (for parents)”. Available at https://mail.google.com/mail/u/0/?tab=rm#inbox/QgrcJHrhxpKPXSjhWRXcwHhCsWWCkwFTbPl

- Better Health Channel. (2022). “Talking to kids about drugs”. Available at https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/healthyliving/talking-to-children-about-drugs

- Narayana Health. (2021). “4 Creative ways to Break Your Child’s Smartphone Addiction”.

Available at https://www.narayanahealth.org/blog/14-creative-ways-to-break-your-childs-smartphone-addiction/

- Hurley, Katie. (2022). "Teenage Cell Phone Addiction: Are You Worried about Your Child?". Psycom. Available at https://www.psycom.net/cell-phone-internet-addiction
- UNICEF. (2023). "Child marriage (Child marriage threatens the lives, well-being and futures of girls around the world.)". Available at https://www.unicef.org/protection/child-marriage
- ValorUS' PROJECT. "Workshop Exercises and Activities on Violence Against Women Prevention, Prevent Connect". Available at http://wiki.preventconnect.org/workshop-exercises-and-activities-on-violence-against-women-prevention/
- Centre for Equality and Justice (CEJ), Sri Lanka. (2022). "Asking for My Soul, A Study of Sexual Bribery in the Health and Justice Sectors in Sri Lanka" Available at https://cejsrilanka.org/sexual-bribery/
- World Health Organization. (2021). "Violence against women". Available at https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women
- Verité Research Pvt Ltd. (2022). "Fair Recruitment of Migrant Workers in Sri Lanka- A Legal Gap Analysis"Available at https://www.veriteresearch.org/wp-content/uploads/2022/11/VR_EN_RR_Apr2022_Fair-recruitment-of-migrant-workers-in-sri-lanka.pdf
- Sri Lanka Bureau of Foreign Employment. (2015). "Safe Labour Migration Information Guide". Available at https://www.ilo.org/dyn/migpractice/docs/269/Guide.pdf
- Quick Guide to What and How: Unpaid Care Work– Entry Points to Recognise, Reduce and Redistribute, https://www.oecd.org/dac/gender-development/47565971.pdf
- Gaëlle Ferrant, Luca Maria Pesando and Keiko Nowacka. (2014). "Unpaid Care Work: The missing link in the analysis of gender gaps in labour outcomes, OECD Development Centre" Available at https://www.oecd.org/dev/development-gender/Unpaid_care_work.pdf
- UN Women. "Redistribute unpaid work". Available at https://www.unwomen.org/en/news/in-focus/csw61/redistribute-unpaid-work
- Rodriguez. Leah. (2021). "Unpaid Care Work: Everything You Need to Know". Global Citizen. Available at https://www.globalcitizen.org/en/content/womens-unpaid-care-work-everything-to-know/
- Women and Media Collective. "Recognizing, Reducing and Redistributing Women's Unpaid Care Work in Sri Lanka". Available at https://womenandmedia.org/recognizing-reducing-and-redistributing-womens-unpaid-care-work-in-sri-lanka/
- Lecamwasam. Menaka. (2023). "Pilot Study on Unpaid Care Work in relation to Persons with Disabilities and associated social protection policies". Women and Media Collective. Available at https://womenandmedia.org/wp-content/uploads/2023/10/FINAL-Pilot-Study-on-Unpaid-Care-Work.pdf
- Department of Census and Statistics, Sri Lanka. (2020). "Women's Wellbeing Survey – 2019" Available at https://srilanka.unfpa.org/en/publications/womens-wellbeing-survey-2019#:~:text=In%202019%2C%20the%20Department%20of,women%20aged%2015%20and%20above.

CENTRE FOR EQUALITY AND JUSTICE

16/1, Maurice Place, Colombo 05, Sri Lanka.
Tel/Fax: +94 11 2055404

www.cejsrilanka.org | srilanka.cej@gmail.com

/CEJ.SL /cej_srilanka /CEJ_SriLanka /@CEJSriLanka